


pilatesK 町田店		【 01/01 ~ 01/08 】 スケジュール						2025/12/12 更新									
01/01	01/02	01/03	01/04	01/05	01/06	01/07	01/08										
木	金	土	日	月	火	水	木										
close	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	close									
		Reset Flow	Shape up waist		Waist	Basic											
		Sae	Sae		Sae	Sae											
		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00											
		jump to burn	Hip & Leg		Pre Basic	Animal Stretch											
		Maari	Maari		Haru	Haru											
		13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30											
		Back & Arm	Basic		Release&Strength	Hip & Leg											
		YUKA.I	Sae		Sae	Sae											
		15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close					close							
		Pilates Cardio	Body Balance														
		Maari	Maari														
		16:30 ~ 17:30	close														
		Waist															
		Sae															
		18:00 ~ 19:00															
		Basic															
		YUKA.I															
		close			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00										
					Hip & Leg	Body Balance	Reset Flow										
					YUKA.I	Maari	Sae										
					19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30										
					Back & Spine	Back & Arm	Hip Punch										
					Haru	YUKA.I	Maari										
					21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00										
					Basic	jump to burn	Waist										
					YUKA.I	Maari	Sae										

pilatesK 町田店			【 01/09 ~ 01/16 】	スケジュール				
01/09	01/10	01/11	01/12	01/13	01/14	01/15	01/16	
金	土	日	月	火	水	木	金	
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	
Hip & Leg 🌿	Pilates Workout	Back & Arm 🌿		Hip Punch	Waist 🌿		Leg Lines	
YUKA.I	Haru	YUKA.I		Haru	Haru		Maari	
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	
Hip Punch	Leg Lines	Pilates Cardio		Back & Arm 🌿	Pilates Cardio		Reset Flow	
Maari	Maari	Sae		YUKA.I	Maari		Sae	
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	
Back & Arm 🌿	Basic 🌿	Animal Stretch		Pre Basic	Advance		Body Balance	
YUKA.I	YUKA.I	Haru		Haru	Haru		Maari	
close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close	close		close	close
	Back & Spine	Basic 🌿						
	Haru	YUKA.I						
	16:30 ~ 17:30	close						
	Back & Arm 🌿							
	YUKA.I							
18:00 ~ 19:00								
Body Balance								
Maari	close							
18:00 ~ 19:00		close						
Waist 🌿				Pilates Workout	Back & Arm 🌿	Basic 🌿	Animal Stretch	
Sae				Sae	Sae	YUKA.I	Haru	
19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
jump to burn				Hip & Leg 🌿	Basic 🌿	jump to burn	Waist 🌿	
Maari	YUKA.I			Maari	Sae	Sae		
21:00 ~ 22:00	close	close		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
Pilates Cardio				Shape up waist	Reset Flow	Hip & Leg 🌿	Pre Basic	
Sae				Sae	Sae	Maari	Haru	

：体験可能レッスン
 ・クラスの種別およびインストラクターは予告なしに変更となる場合がございます。詳細はWEBサイトをご確認ください。
 ・ご予約されたレッスンをキャンセルされる場合は、1時間前迄にお願いしております。
 ・レッスン開始時刻1時間前を切ったのキャンセルは時間外キャンセルとなります。
 ※時間外キャンセルが月2回以上で、翌月の予約可能回数が1回に制限されます。

pilatesK 町田店		【 01/17 ~ 01/24 】 スケジュール						2025/12/12 更新		
01/17	01/18	01/19	01/20	01/21	01/22	01/23	01/24			
土	日	月	火	水	木	金	土			
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30			
Advance	Pilates Cardio		Hip & Leg 🌱	Animal Stretch		Hip Punch	Leg Lines			
Haru	Sae		Sae	Haru		Haru	Maari			
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00			
Waist 🌱	Body Balance		Leg Lines	Body Balance		Basic 🌱	Shape up waist			
Sae	Maari		Maari	Sae		YUKA.I	Sae			
13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30			
Hip & Leg 🌱	Basic 🌱		jump to burn	Back & Arm 🌱		Waist 🌱	Hip Punch			
YUKA.I	Sae		Sae	Haru		Haru	Maari			
15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close	close		close	close	15:00 ~ 16:00		
Release&Strength	Hip Punch							Basic 🌱		
Sae	Maari							YUKA.I		
16:30 ~ 17:30	close							16:30 ~ 17:30		
Basic 🌱								Pilates Cardio		
YUKA.I								Sae		
18:00 ~ 19:00								18:00 ~ 19:00		
Shape up waist								Hip & Leg 🌱		
Haru								YUKA.I		
close		close			18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
					Pre Basic			Hip Punch	Leg Lines	Shape up waist
					Haru			Maari	Haru	Sae
			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				
	Pilates Cardio		Reset Flow	Body Balance	Back & Arm 🌱					
	Maari		Sae	Maari	YUKA.I					
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	close					
Release&Strength	Basic 🌱	Back & Spine	Body Balance							
			Haru	Maari	Haru	Sae				

pilatesK 町田店		【 01/25 ~ 01/31 】 スケジュール									
01/25	01/26	01/27	01/28	01/29	01/30	01/31					
日	月	火	水	木	金	土					
10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30					
Basic 🌱		Waist 🌱	Basic 🌱		Body Balance	Hip & Leg 🌱					
Sae		Haru	Maari		Maari	YUKA.I					
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00					
jump to burn		Basic 🌱	Advance		Hip & Leg 🌱	Basic 🌱					
Maari		Maari	Haru		YUKA.I	Haru					
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30					
Back & Arm 🌱		Back & Spine	Pilates Cardio		Leg Lines	jump to burn					
Haru		Haru	Maari		Maari	Sae					
16:30 ~ 17:30		close	close		close	close	15:00 ~ 16:00				
Pilates Workout							Back & Arm 🌱				
Sae							YUKA.I				
close							16:30 ~ 17:30				
							Leg Lines				
							Haru				
							18:00 ~ 19:00				
							Reset Flow				
							Sae				
							close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
Back & Arm 🌱								Waist 🌱	Hip & Leg 🌱	Basic 🌱	
YUKA.I		miku.I	YUKA.I	YUKA.I							
19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30							
Leg Lines		Hip Punch	Shape up waist	Animal Stretch							
Maari		Haru	Sae	Haru							
21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00							
Hip & Leg 🌱		Basic 🌱	Back & Arm 🌱	Waist 🌱	close						
YUKA.I		miku.I	YUKA.I	Haru							

🌱 : 体験可能レッスン
・クラスの種別およびインストラクターは予告なしに変更となる場合がございます。詳細はWEBサイトをご確認ください。
・ご予約されたレッスンをキャンセルされる場合は、1時間前迄にお願いしております。
・レッスン開始時刻1時間前を切つてのキャンセルは時間外キャンセルとなります。
※時間外キャンセルが月2回以上で、翌月の予約可能回数が1回に制限されます。