

スケジュール

22

close

スケジュール

•

※時間外キャンセルが目2回以上で、翌日の予約可能回数が1回に制限されます。

pilatesK センター北店

【 01/17 ~ 01/24 】 スケジュール

2025/12/13 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 | | 10:30 ~ 11:30 | 10:30 ~ 11:30 |
| Basic 🌈 | Body Balance | | Basic 🌈 | Back & Spine | | Hip & Leg 🌈 | Pilates Barre |
| RIKO.M | MOMOKA.K | | Haruna.H | Minami | | Haruna.H | Nozomi.K |
| 12:00 ~ 13:00 | 12:30 ~ 13:30 | | 12:00 ~ 13:00 | 12:00 ~ 13:00 | | 12:00 ~ 13:00 | 12:00 ~ 13:00 |
| Hip Punch | Basic 🌈 | | Hip Punch | Hip & Leg 🌈 | | jump to burn | Basic 🌈 |
| natsuko | Haruna.H | | Minami | MOMOKA.K | | Nozomi.K | RIKO.M |
| 13:30 ~ 14:30 | | | 13:30 ~ 14:30 | 13:30 ~ 14:30 | | 13:30 ~ 14:30 | 13:30 ~ 14:30 |
| Back & Arm 🌈 | jump to burn | | Back & Arm 🌈 | Release&Strength | | Basic 🌈 | jump to burn |
| RIKO.M | MOMOKA.K | | Haruna.H | Minami | | Haruna.H | Nozomi.K |
| 15:00 ~ 16:00 | | | 15:00 ~ 16:00 | 15:00 ~ 16:00 | | | 15:00 ~ 16:00 |
| Leg Lines | Hip & Leg 🌈 | | Back & Spine | Basic 🌈 | | | Waist 🌈 |
| natsuko | Haruna.H | | Minami | MOMOKA.K | | | RIKO.M |
| | | | | | | | |
| 17:30 ~ 18:30 | | | 17:30 ~ 18:30 | 17:30 ~ 18:30 | | | 17:30 ~ 18:30 |
| Waist 🌈 | | | Basic 🌈 | Leg Lines | | | Hip & Leg 🌈 |
| RIKO.M | | | Haruna.H | Minami | | | Haruna.H |
| | | | | | 18:00 ~ 19:00 | 18:00 ~ 19:00 | |
| | | | | | Body Balance | Pilates Workout | |
| | | | | | MOMOKA.K | Minami | |
| | | | | | 19:30 ~ 20:30 | 19:30 ~ 20:30 | |
| | | | | | Basic 🌈 | Waist 🌈 | |
| | | | | | Haruna.H | MOMOKA.K | |
| | | | | | 21:00 ~ 22:00 | 21:00 ~ 22:00 | |
| | | | | | Back & Arm 🌈 | Back & Spine | |
| | | | | | MOMOKA.K | Minami | |

pilatesK センター北店

【 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 | | 10:30 ~ 11:30 | 10:30 ~ 11:30 |
| Back & Spine | | Back & Arm 🌈 | Leg Lines | | Hip Punch | Hip & Leg 🌈 |
| Minami | | RIKO.M | natsuko | | Minami | MOMOKA.K |
| 12:30 ~ 13:30 | | 12:00 ~ 13:00 | 12:30 ~ 13:30 | | 12:00 ~ 13:00 | 12:00 ~ 13:00 |
| Back & Arm 🌈 | | Pilates Workout | Waist 🌈 | | Basic 🌈 | Back & Arm 🌈 |
| Nozomi.K | | Minami | RIKO.M | | Haruna.H | Nozomi.K |
| 14:30 ~ 15:30 | | 13:30 ~ 14:30 | | | 13:30 ~ 14:30 | 13:30 ~ 14:30 |
| Leg Lines | | Waist 🌈 | | | Leg Lines | Pilates Workout |
| Minami | | RIKO.M | | | Minami | Minami |
| 16:30 ~ 17:30 | | | | | | 15:00 ~ 16:00 |
| Basic 🌈 | | | | | | Pilates Barre |
| Nozomi.K | | | | | | Nozomi.K |
| | | | | | | |
| | | | | | | 17:30 ~ 18:30 |
| | | | | | | Body Balance |
| | | | | | | MOMOKA.K |
| | | 18:00 ~ 19:00 | 18:00 ~ 19:00 | 18:00 ~ 19:00 | 18:00 ~ 19:00 | |
| | | Hip & Leg 🌈 | Basic 🌈 | Back & Arm 🌈 | Body Balance | |
| | | Haruna.H | Haruna.H | Nozomi.K | MOMOKA.K | |
| | | 19:30 ~ 20:30 | 19:30 ~ 20:30 | 19:30 ~ 20:30 | 19:30 ~ 20:30 | |
| | | Release&Strength | Pilates Workout | Waist 🌈 | Hip & Leg 🌈 | |
| | | Minami | natsuko | RIKO.M | Haruna.H | |
| | | 21:00 ~ 22:00 | 21:00 ~ 22:00 | 21:00 ~ 22:00 | 21:00 ~ 22:00 | |
| | | Basic 🌈 | Hip & Leg 🌈 | Pilates Barre | jump to burn | |
| | | Haruna.H | Haruna.H | Nozomi.K | MOMOKA.K | |

🌈 : 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。