

【 02/01 ~ 02/08 】 スケジュール								2026/01/13	更新
02/01	02/02	02/03	02/04	02/05	02/06	02/07	02/08		
日	月	火	水	木	金	土	日		
10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30			
Waist		Hip & Leg	Basic		Release & Strength	Hip & Leg	Basic		
anna.S		Aika.S	Aoi.N		Yui.K	anna.S	Aika.S		
12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		
Body Balance		Basic	Back & Arm		Basic	Back & Arm	Waist		
Aoi.N		anna.S	Aika.S		Aoi.N	Aika.S	anna.S		
13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30		close	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		
Basic		Back & Arm			Hip & Leg	Stretch & Conditioning	Back & Arm		
anna.S		Aika.S			Yui.K	anna.S	Aika.S		
15:00 ~ 16:00					15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30			
Pilates Cardio					Basic	Hip & Leg			
Aoi.N					Aika.S	anna.S			
close		close		close		close		close	

pilatesK 新潟店		【 02/17 ~ 02/24 】 スケジュール						2026/01/13 更新	
02/17	02/18	02/19	02/20	02/21	02/22	02/23	02/24	02/25	02/26
火	水	木	金	土	日	月	火	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	Back & Arm	Waist	Back & Arm	Hip & Leg	月	火	10:30 ~ 11:30	Back & Arm
Release&Strength			Aika.S						Aoi.N
Yui.K	anna.S		anna.S						12:00 ~ 13:00
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	Basic	Basic	Pilates Cardio	Basic	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	Body Balance	Aoi.N
Waist			Aika.S			13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30
anna.S	anna.S		Aoi.N			Stretch & Conditioning	Basic		Pilates Cardio
13:30 ~ 14:30		close	Aika.S				Waist		Aoi.N
Back & Arm			anna.S				Hip & Leg		close
Yui.K							15:00 ~ 16:00		
close							17:30 ~ 18:30		
							Waist		
							anna.S		
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	close	18:00 ~ 19:00	Waist
Hip & Leg		Waist	Basic	Body Balance					anna.S
anna.S	Yui.K		Aika.S	Aoi.N					19:30 ~ 20:30
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	Basic	Pilates Cardio	Hip & Leg					Basic
Body Balance			Yui.K	Aoi.N					anna.S
Yui.K	Yui.K								21:00 ~ 22:00
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				Hip & Leg
Waist	Release&Strength	Waist	Basic						anna.S
anna.S	Yui.K	Aika.S	Aoi.N						

pilatesK 新潟店		【 02/25 ~ 02/28 】 スケジュール					
02/25	02/26	02/27	02/28	02/29	03/01	03/02	
水	木	金	土				
10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30				
Basic		Back & Arm	Basic				
Aoi.N		Aoi.N	インストラクター未確定				
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00				
Back & Arm		Waist	Hip & Leg				
Aoi.N		anna.S	Aika.S				
close		close	close				
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	
Hip & Leg		Waist	Basic	Body Balance			
anna.S	anna.S		Aika.S	Aoi.N			
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	Basic	Pilates Cardio	Hip & Leg			
Waist		Yui.K	Aoi.N	Yui.K			
anna.S	Yui.K						
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		
Basic	Stretch & Conditioning	Back & Arm	Basic				
anna.S	anna.S	Aika.S	Aoi.N				

■ : 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。