

スケジュール


1739

スケジュール

※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 柏店		【 02/17 ~ 02/24 】 スケジュール						2026/01/14 更新
02/17	02/18	02/19	02/20	02/21	02/22	02/23	02/24	
火	水	木	金	土	日	月	火	
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	
Waist 🌿	Hip & Leg 🌿		Back & Arm 🌿	Hip Punch	Back & Arm 🌿		Leg Lines	
Momoka.O	Akari		Momoka.O	Kanoka	Momoka.O		Akari	
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	
Release&Strength	Waist 🌿		Advance	Waist 🌿	Leg Lines		Pre Basic 🌿	
ayu.s	Momoka.O		Kanoka	Momoka.O	Akari		Kanoka	
13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	
Back & Arm 🌿			Waist 🌿	Pre Basic 🌿	Waist 🌿		Hip & Leg 🌿	
Momoka.O			Momoka.O	Kanoka	Momoka.O		Akari	
close			close	close	15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30	close
					Back & Arm 🌿		Pilates Workout	
					Momoka.O		Akari	
					close		close	
					17:30 ~ 18:30			
Body Balance								
Kanoka			close					
18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
Hip & Leg 🌿				Basic 🌿	Shape up waist		Basic 🌿	Hip Punch
Sayoko				ayu.s	ayu.s		ayu.s	Kanoka
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
Shape up waist	Hip Punch	Pre Basic 🌿		Release&Strength	Basic 🌿			
ayu.s	Kanoka	Kanoka		ayu.s	ayu.s			
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	close	21:00 ~ 22:00			
Basic 🌿	Advance	Body Balance	Waist 🌿		Release&Strength			
Sayoko	Kanoka	Kanoka	MOMOKA.I		ayu.s			

pilatesK 柏店		【 02/25 ~ 02/28 】 スケジュール	
02/25	02/26	02/27	02/28
水	木	金	土
10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Basic 🌈		Stretch & Conditioning 🌈	Leg Lines
ayu.s		Akari	Akari
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00
Back & Arm 🌈		Waist 🌈	Hip Punch
Momoka.O		Momoka.O	Kanoka
close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30
		Back & Arm 🌈	Hip & Leg 🌈
		Momoka.O	Akari
		close	15:00 ~ 16:00
			Shape up waist
			ayu.s
			close
		17:30 ~ 18:30	
		Waist 🌈	
		Momoka.O	
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close
Advance	Basic 🌈	Hip & Leg 🌈	
Kanoka	ayu.s	Sayoko	
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
Leg Lines	Back & Arm 🌈	Pilates Workout	
Akari	Momoka.O	Akari	
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
Pre Basic 🌈	Shape up waist	Body Balance	
Kanoka	ayu.s	Sayoko	

 : 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。