

pilatesK 蔵店		【 02/01 ~ 02/08 】		スケジュール		2026/01/14 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	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		
Basic		Back&Arm	Hip&Leg		Waist	Basic	Stretch&Conditioning		
Kaho.h		Kaho.h	Rinka.T		Shiori.S	Kaho.h	aina.K		
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		
Pilates Cardio		Hip&Leg	Basic		Body Balance	Pilates Cardio	Basic		
Rinka.T		Rinka.T	Kaho.h		Rinka.T	Rinka.T	Shiori.S		
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		
Back&Arm		Pilates Cardio			Basic	Waist	Advance		
Kaho.h		Kaho.h			Shiori.S	Shiori.S	aina.K		
16:30 ~ 17:30		close			close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		
Hip&Leg						Back&Arm	Waist		
Rinka.T						Kaho.h	Shiori.S		
close						close	close	close	close
								17:30 ~ 18:30	
								Hip&Leg	
								Rinka.T	
		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00				
		Advance	Body Balance	Waist	Pilates Barre				
		aina.K	aina.K	Shiori.S	aina.K				
	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30					
	Basic	Waist	Pilates Cardio	Back&Arm					
	Shiori.S	Shiori.S	Kaho.h	Kaho.h					
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00						
Waist	Pilates Barre	Basic	Stretch&Conditioning						
Shiori.S	aina.K	Kaho.h	aina.K						

pilatesK 蔵店		【 02/09 ~ 02/16 】 スケジュール						
02/09	02/10	02/11	02/12	02/13	02/14	02/15	02/16	
月	火	水	木	金	土	日	月	
close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	
	Waist	Back&Arm		Basic	Back&Arm	Basic		
	Shiori.S	Kaho.h		Kaho.h	Kaho.h	Shiori.S		
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		
	Advance	Pilates Barre		Pilates Cardio	Stretch&Conditioning	Advance		
	aina.K	aina.K		Rinka.T	aina.K	aina.K		
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		
	Basic	Waist		Waist	Basic	Waist		
	Shiori.S	Kaho.h		Kaho.h	Shiori.S	Shiori.S		
	close	15:00 ~ 16:00		close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close
		Body Balance			Pilates Cardio	Stretch&Conditioning		
		aina.K			Kaho.h	aina.K		
		close			close			
		17:30 ~ 18:30			17:30 ~ 18:30			
		Pilates Cardio			Waist			
	Kaho.h	Shiori.S						
	18:00 ~ 19:00	close		close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		close
	Pre Basic				Hip&Leg	Stretch&Conditioning		
	Rinka.T				Rinka.T	aina.K		
	19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
	Pilates Cardio				Basic	Waist		
	Kaho.h				Kaho.h	Shiori.S		
	21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		
	Hip&Leg	Body Balance		Advance				
	Rinka.T	Rinka.T		aina.K				

・体験可能レッスン  
・クラスの個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時間前まで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 蔵店		【 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	
Basic	Pilates Cardio		Pre Basic	Hip & Leg	Stretch & Conditioning		Body Balance	
Shiori.S	Kaho.h		Rinka.T	Rinka.T	aina.K		Rinka.T	
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	
Back & Arm	Basic		Pilates Barre	Advance	Basic		Basic	
Kaho.h	Kaho.h		aina.K	aina.K	Shiori.S		Shiori.S	
13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	
Waist			Body Balance	Pre Basic	Pilates Barre		Hip & Leg	
Shiori.S			Rinka.T	Rinka.T	aina.K		Rinka.T	
close			close	close	15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30	close
					Back & Arm		Waist	
					aina.K		Shiori.S	
					close			
					17:30 ~ 18:30			
Body Balance								
Rinka.T								
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close			18:00 ~ 19:00	
Pilates Cardio	Waist	Pre Basic	Back & Arm		Basic			
Rinka.T	Shiori.S	Rinka.T	aina.K		Shiori.S			
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30			
Back & Arm	Hip & Leg	Waist	Basic		Stretch & Conditioning			
Kaho.h	Rinka.T	Shiori.S	Shiori.S		Kaho.h			
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00			
Body Balance	Basic	Pilates Cardio	Waist		Back & Arm			
Rinka.T	Shiori.S	Rinka.T	Shiori.S		Kaho.h			

pilatesK 蔵店		【 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
Back&Arm		Stretch&Conditioning	Advance
Kaho.h		Kaho.h	aina.K
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00
Hip&Leg		Advance	Body Balance
Rinka.T		aina.K	Rinka.T
close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30
		Waist	Basic
		Kaho.h	Kaho.h
		close	15:00 ~ 16:00
			Stretch&Conditioning
			aina.K
			close
		17:30 ~ 18:30	
		Pilates Cardio	
		Kaho.h	
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close
Body Balance	Advance	Pre Basic	
aina.K	aina.K	Rinka.T	
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
Waist	Basic	Pilates Barre	
Shiori.S	Shiori.S	aina.K	
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
Pilates Barre	Waist	Pilates Cardio	
aina.K	Shiori.S	Rinka.T	

・体験可能レッスン  
・クラスの曜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サイトまでご確認ください。  
・ご予約されたレッスンをキャンセルされる場合は、1週間前迄にお願しております。  
・レッスン開始時刻1時間前迄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。