


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

pilatesK 町田店		【 12/09 ~ 12/16 】 スケジュール					
12/09	12/10	12/11	12/12	12/13	12/14	12/15	12/16
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
Power up Control	Hip & Leg 📖		jump to burn	Basic 📖	Pilates Barre		Hip & Leg 📖
Sae	YUKA.I		Maari	Maari	Haru		YUKA.I
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00
Pilates Barre	Reset Flow		Shape up waist	Waist spXmas 📖	Leg Lines		Basic 📖
Haru	Sae		Haru	Chihiro.K	Maari		Maari
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30
Waist 📖	Back & Spine		Hip & Leg 📖	Pilates Cardio	Body Balance		Back & Arm 📖
Sae	Haru		Maari	Maari	Maari		YUKA.I
				15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		
close	close	close	close	Pre Basic	Back & Spine	close	close
				Haru	Haru		
				16:30 ~ 17:30			
				Hip Punch			
				Maari			
			18:00 ~ 19:00				
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00
jump to burn	Basic 📖	Stretch & Conditioning 📖	Waist spXmas 📖				Waist spXmas 📖
Maari	Maari	Yuina	Sae				Sae
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30
Leg Lines	Shape up waist	Basic 📖	Animal Stretch				Pilates Cardio
Haru	Sae	Sae	Haru				Maari
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00
Basic 📖	Hip Punch	Back & Spine	Body Balance				jump to burn
Maari	Maari	Yuina	Sae				Sae

🟢：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時間前迄にお断りしております。
 ・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 町田店		【 12/17 ~ 12/24 】				スケジュール		2025/11/18	更新
12/17	12/18	12/19	12/20	12/21	12/22	12/23	12/24		
水	木	金	土	日	月	火	水		
10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		
Leg Lines		Basic	Stretch & Conditioning	Shape up waist		Reset Flow	Waist spXmas		
Haru		Maari	miku.I	Sae		Sae	Haru		
12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		
Shape up waist		Back & Arm	Power up Control	Back & Arm		Hip & Leg	Body Balance		
Sae		YUKA.I	Sae	YUKA.I		YUKA.I	Sae		
13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		
Basic		Body Balance	Hip & Leg	Waist spXmas		Shape up waist	Animal Stretch		
Haru		Maari	YUKA.I	Sae		Sae	Haru		
close		close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close	close		
			jump to burn	Basic					
			miku.I	YUKA.I					
			16:30 ~ 17:30						
			Basic						
			YUKA.I						
			18:00 ~ 19:00						
			Shape up waist						
			Sae						
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		
Body Balance	Hip & Leg	Power up Control				Back & Spine	Hip & Leg		
Maari	Sae	Sae				Haru	YUKA.I		
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
Reset Flow	Pre Basic	Hip & Leg				Basic	Pilates Cardio		
Sae	Haru	YUKA.I				YUKA.I	Sae		
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		
Hip & Leg	Animal Stretch	Basic				Hip Punch	Basic		
Maari	Haru	Sae				Haru	YUKA.I		

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

 : 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。