

pilates K 満の口店

【 09/01 ~ 09/08 】 スケジュール

2025/08/15

更新

09/01	09/02	09/03	09/04	09/05	09/06	09/07	09/08
月	火	水	木	金	土	日	月
close	10:30 ~ 11:30 jump to burn U.	10:30 ~ 11:30 Basic miku.I		10:30 ~ 11:30 Back & Arm Asaka.M	10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning Yuina	10:30 ~ 11:30 Back & Arm miki.I	close
	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Yuina	12:30 ~ 13:30 Shape up waist U.		12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning Yuina	12:00 ~ 13:00 Basic 未確定	12:30 ~ 13:30 Body Balance U.	
	13:30 ~ 14:30 Body Balance U.			13:30 ~ 14:30 Basic Asaka.M	13:30 ~ 14:30 Waist Yuina	14:30 ~ 15:30 Basic 未確定	
					15:00 ~ 16:00 Shape up waist U.	16:30 ~ 17:30 Hip & Leg U.	
					17:30 ~ 18:30 Basic 未確定		
	18:00 ~ 19:00 Basic miku.I	18:00 ~ 19:00 Waist Mirai	18:00 ~ 19:00 Basic Amane.f	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Yuina			
	19:30 ~ 20:30 Pilates Cardio Yuina	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg U.	19:30 ~ 20:30 Back & Arm Amane.f	19:30 ~ 20:30 Basic 未確定			
	21:00 ~ 22:00 Back & Arm miku.I	21:00 ~ 22:00 Basic Mirai	21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning miku.I	21:00 ~ 22:00 Back & Arm miku.I			

pilates K 満の口店

【 09/09 ~ 09/16 】 スケジュール

2025/08/15

更新

09/09	09/10	09/11	09/12	09/13	09/14	09/15	09/16
火	水	木	金	土	日	月	火
10:30 ~ 11:30 Hip & Leg U.	10:30 ~ 11:30 Body Balance U.		10:30 ~ 11:30 Waist Yuina	10:30 ~ 11:30 Body Balance U.	10:30 ~ 11:30 Shape up waist Yuina	close	10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio Mika
12:00 ~ 13:00 Back & Arm Chiharu.n	12:30 ~ 13:30 Basic miku.I		12:00 ~ 13:00 Basic miku.I	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Yuina	12:30 ~ 13:30 Back & Arm Chiharu.n		12:00 ~ 13:00 Basic Remi.A
13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning Chiharu.n			13:30 ~ 14:30 Pilates Cardio Yuina	13:30 ~ 14:30 jump to burn U.	14:30 ~ 15:30 Basic 未確定		13:30 ~ 14:30 Waist Mika
				15:00 ~ 16:00 Basic 未確定	16:30 ~ 17:30 Stretch & Conditioning Chiharu		
				17:30 ~ 18:30 Waist Yuina			
18:00 ~ 19:00 Body Balance U.	18:00 ~ 19:00 Basic 未確定	18:00 ~ 19:00 Pilates Cardio Yuina	18:00 ~ 19:00 Shape up waist Yuina				18:00 ~ 19:00 Back & Arm miku.I
19:30 ~ 20:30 Basic 未確定	19:30 ~ 20:30 Shape up waist Yuina	19:30 ~ 20:30 Basic 未確定	19:30 ~ 20:30 Back & Arm miku.I				19:30 ~ 20:30 Hip & Leg U.
21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning miku.I	21:00 ~ 22:00 Back & Arm Yuina	21:00 ~ 22:00 Back & Arm Yuina	21:00 ~ 22:00 Basic 未確定				21:00 ~ 22:00 Body Balance U.

🌿：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。

pilates K 溝の口店

【 09/17 ~ 09/24 】 スケジュール

2025/08/15 更新

09/17	09/18	09/19	09/20	09/21	09/22	09/23	09/24
水	木	金	土	日	月	火	水
10:30 ~ 11:30 Basic 🌿 Remi.A		10:30 ~ 11:30 Body Balance U.	10:30 ~ 11:30 Waist 🌿 miku.I	10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio Yuina	close	10:30 ~ 11:30 Shape up waist Yuina	10:30 ~ 11:30 Body Balance U.
12:30 ~ 13:30 Back & Arm 🌿 miku.I		12:00 ~ 13:00 Basic 🌿 Remi.A	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg 🌿 Yuina	12:30 ~ 13:30 Basic 🌿 Remi.A		12:00 ~ 13:00 Waist 🌿 未確定	12:30 ~ 13:30 Stretch & Conditioning 🌿 miku.I
		13:30 ~ 14:30 Hip & Leg 🌿 U.	13:30 ~ 14:30 Basic 🌿 Remi.A	14:30 ~ 15:30 Back & Arm 🌿 miku.I		13:30 ~ 14:30 Basic 🌿 Remi.A	
			15:00 ~ 16:00 Shape up waist Yuina	16:30 ~ 17:30 Basic 🌿 Remi.A		15:00 ~ 16:00 Pilates Cardio Yuina	
			17:30 ~ 18:30 Back & Arm 🌿 miku.I			17:30 ~ 18:30 Basic 🌿 Remi.A	
18:00 ~ 19:00 Hip & Leg 🌿 Yuina	18:00 ~ 19:00 jump to burn U.	18:00 ~ 19:00 Basic 🌿 miku.I					18:00 ~ 19:00 Back & Arm 🌿 Yuina
19:30 ~ 20:30 Back & Arm 🌿 U.	19:30 ~ 20:30 Basic 🌿 miku.I	19:30 ~ 20:30 Waist 🌿 Yuina					19:30 ~ 20:30 Basic 🌿 Remi.A
21:00 ~ 22:00 Shape up waist Yuina	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg 🌿 U.	21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning 🌿 miku.I					21:00 ~ 22:00 Hip & Leg 🌿 Yuina

pilates K 溝の口店

【 09/25 ~ 9/30 】 スケジュール

2025/08/15 更新

09/25	09/26	09/27	09/28	09/29	09/30
木	金	土	日	月	火
	10:30 ~ 11:30 Waist 🌿 miku.I	10:30 ~ 11:30 Body Balance U.	10:30 ~ 11:30 Basic 🌿 Remi.A	close	10:30 ~ 11:30 Basic 🌿 Remi.A
	12:00 ~ 13:00 Pilates Cardio Yuina	12:00 ~ 13:00 Basic 🌿 Remi.A	12:30 ~ 13:30 Back & Arm 🌿 Yuina		12:30 ~ 13:30 Back & Arm 🌿 miku.I
	13:30 ~ 14:30 Basic 🌿 miku.I	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg 🌿 Yuina	14:30 ~ 15:30 Basic 🌿 Remi.A		13:30 ~ 14:30 Waist 🌿 miku.I
		15:00 ~ 16:00 Basic 🌿 Remi.A	16:30 ~ 17:30 Waist 🌿 Yuina		
		17:30 ~ 18:30 Waist 🌿 Yuina			
18:00 ~ 19:00 Basic 🌿 miku.I	18:00 ~ 19:00 jump to burn U.				18:00 ~ 19:00 Hip & Leg 🌿 Yuina
19:30 ~ 20:30 Shape up waist U.	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg 🌿 U.				19:30 ~ 20:30 Body Balance U.
21:00 ~ 22:00 Waist 🌿 miku.I	21:00 ~ 22:00 Basic 🌿 Remi.A				21:00 ~ 22:00 Shape up waist Yuina

🌿 : 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。