

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 Hip & Leg Rino.K	close	10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio meiko	10:30 ~ 11:30 Basic kanako.t		10:30 ~ 11:30 Release&Strength kanako.t	10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning Sena.K	10:30 ~ 11:30 Basic Ena.N
12:30 ~ 13:30 jump to burn Sena.K		12:00 ~ 13:00 Body Balance meiko	12:30 ~ 13:30 Stretch & Conditioning Sena.K		12:00 ~ 13:00 Back & Arm Rino.K	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Akane.S	12:30 ~ 13:30 Back & Arm Rino.K
14:30 ~ 15:30 Waist Rino.K		13:30 ~ 14:30 Back & Arm kanako.t			13:30 ~ 14:30 Body Balance kanako.t	13:30 ~ 14:30 Pilates Cardio Sena.K	14:30 ~ 15:30 Basic Ena.N
16:30 ~ 17:30 Basic Sena.K						15:00 ~ 16:00 Back & Arm Akane.S	16:30 ~ 17:30 Waist Rino.K
						17:30 ~ 18:30 Basic Sena.K	
			18:00 ~ 19:00 Waist kilali.s	18:00 ~ 19:00 Back & Arm Rino.K	18:00 ~ 19:00 Pilates Cardio kanako.t	18:00 ~ 19:00 Waist Rino.K	
			19:30 ~ 20:30 Release&Strength kanako.t	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Sena.K	19:30 ~ 20:30 Back & Arm Rino.K	19:30 ~ 20:30 Basic meiko	
			21:00 ~ 22:00 Basic kilali.s	21:00 ~ 22:00 Waist Rino.K	21:00 ~ 22:00 Basic kanako.t	21:00 ~ 22:00 jump to burn meiko	

02/09	02/10	02/11	02/12	02/13	02/14	02/15	02/16
月	火	水	木	金	土	日	月
	10:30 ~ 11:30 Body Balance meiko	10:30 ~ 11:30 Waist Rino.K		10:30 ~ 11:30 Basic Honoka.K	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg kanako.t	10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio kanako.t	close
	12:00 ~ 13:00 jump to burn meiko	12:00 ~ 13:00 Basic kanako.t		12:00 ~ 13:00 Release&Strength kanako.t	12:00 ~ 13:00 Waist NOERU.S	12:30 ~ 13:30 Basic Sena.K	
	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Rino.K	13:30 ~ 14:30 Back & Arm Rino.K		13:30 ~ 14:30 Waist Honoka.K	13:30 ~ 14:30 Basic kanako.t	14:30 ~ 15:30 Hip & Leg kanako.t	
		15:00 ~ 16:00 Pilates Cardio kanako.t			15:00 ~ 16:00 jump to burn NOERU.S	16:30 ~ 17:30 Body Balance Sena.K	
		17:30 ~ 18:30 Hip & Leg Rino.K			17:30 ~ 18:30 Release&Strength kanako.t		
	18:00 ~ 19:00 Release&Strength kanako.t		18:00 ~ 19:00 Basic Nagisa.T	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Sena.K			
	19:30 ~ 20:30 Waist Rino.K		19:30 ~ 20:30 jump to burn Sena.K	19:30 ~ 20:30 Pilates Cardio kanako.t			
	21:00 ~ 22:00 Basic kanako.t		21:00 ~ 22:00 Body Balance Nagisa.T	21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning Sena.K			

🟢：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週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。

pilatesK 表参道店

【 02/17 ~ 02/24 】 スケジュール

2026/01/16 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 jump to burn Sena.K	10:30 ~ 11:30 Basic kanako.t		10:30 ~ 11:30 Release&Strength Sena.K	10:30 ~ 11:30 Waist 未定	10:30 ~ 11:30 Back&Arm Rino.K	close	10:30 ~ 11:30 Waist Rino.K
12:00 ~ 13:00 Back & Arm kanako.t	12:30 ~ 13:30 Body Balance Sena.K		12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Rino.K	12:30 ~ 13:00 Back & Arm Rino.K	12:30 ~ 13:30 Pilates Cardio kanako.t		12:00 ~ 13:00 Basic Sena.K
13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning Sena.K			13:30 ~ 14:30 Basic Sena.K	13:30 ~ 14:30 Release&Strength kanako.t	14:30 ~ 15:30 Waist Rino.K		13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Rino.K
				15:00 ~ 16:00 Hip & Leg Rino.K	16:30 ~ 17:30 Basic kanako.t		
				17:30 ~ 18:30 Basic kanako.t			
18:00 ~ 19:00 Basic Miharu.H	18:00 ~ 19:00 jump to burn Sena.K	18:00 ~ 19:00 Back & Arm Rino.K	18:00 ~ 19:00 Waist 未定				18:00 ~ 19:00 Body Balance kanako.t
19:30 ~ 20:30 Release&Strength kanako.t	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Rino.K	19:30 ~ 20:30 Body Balance kanako.t	19:30 ~ 20:30 Back & Arm Rino.K				19:30 ~ 20:30 jump to burn Sena.K
21:00 ~ 22:00 Pilates Cardio Miharu.H	21:00 ~ 22:00 Back & Arm Rino.K	21:00 ~ 22:00 Basic kanako.t	21:00 ~ 22:00 Waist 未定				21:00 ~ 22:00 Release&Strength kanako.t

pilatesK 表参道店

【 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 Pilates Cardio kanako.t		10:30 ~ 11:30 Basic Sena.K	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Rino.K
12:30 ~ 13:30 Waist 未定		12:00 ~ 13:00 Waist 未定	12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning Sena.K
		13:30 ~ 14:30 jump to burn Sena.K	13:30 ~ 14:30 Back & Arm Rino.K
			15:00 ~ 16:00 Basic Sena.K
			17:30 ~ 18:30 Waist 未定
18:00 ~ 19:00 Back & Arm Rino.K	18:00 ~ 19:00 Basic kanako.t	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Rino.K	
19:30 ~ 20:30 Basic Sena.K	19:30 ~ 20:30 Pilates Cardio kanako.t	19:30 ~ 20:30 Waist 未定	
21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Rino.K	21:00 ~ 22:00 Waist 未定	21:00 ~ 22:00 Back & Arm Rino.K	

👉 : 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週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。