06/01	06/02	06/03	06/04	06/05	06/06	06/07	06/08	
日	月	火	水	木	金	土	日	
10:30 ~ 11:30 Waist Haruka.M	close	10:30 ~ 11:30 Body Balance natsuko	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Miku.I		10:30 ~ 11:30 Shape up waist Minami	10:30 ~ 11:30 Basic Haruna.H	10:30 ~ 11:30 Back & Arm MOMOKA.K	
12:30 ~ 13:30 Basic AKIHO.B		12:00 ~ 13:00 Back & Spine natsuko	12:30 ~ 13:30 Stretch & Conditioning Miku.I		12:00 ~ 13:00 Basic Haruna.H	12:00 ~ 13:00 Back & Arm MOMOKA.K	12:30 ~ 13:30 Pilates Workout Minami	
14:30 ~ 15:30 Back & Arm MOMOKA.K		13:30 ~ 14:30 Basic Haruna.H			13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Minami	13:30 ~ 14:30 Pilates Barre Haruka.M	14:30 ~ 15:30 Basic Haruna.H	
16:30 ~ 17:30 jump to burn Haruka.M						15:00 ~ 16:00 Basic MOMOKA.K	16:30 ~ 17:30 Hip & Leg Minami	
							17:30 ~ 18:30 Waist Haruka.M	
			18:00 ~ 19:00 Hip Punch natsuko	18:00 ~ 19:00 Pilates Barre Minami	18:00 ~ 19:00 Basic AKIHO.B	18:00 ~ 19:00 Pilates Cardio Minami		
			19:30 ~ 20:30 Basic AKIHO.B	19:30 ~ 20:30 Back & Arm MOMOKA.K	19:30 ~ 20:30 Release & Strength Haruka.M	19:30 ~ 20:30 Basic AKIHO.B		
			21:00 ~ 22:00 Back & Arm MOMOKA.K	21:00 ~ 22:00 Basic Haruna.H	21:00 ~ 22:00 jump to burn Haruka.M	21:00 ~ 22:00 Back & Arm MOMOKA.K		

06/09	06/10	06/11	06/12	06/13	06/14	06/15	06/16	
月	火	水	木	金	土	日	月	
close	10:30 ~ 11:30 Basic AKIHO.B	10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning Miku.I		10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio natsuko	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Minami	10:30 ~ 11:30 jump to burn Haruka.M	close	
	12:00 ~ 13:00 Pilates Barre Haruka.M	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg Miku.I		12:00 ~ 13:00 Back & Arm MOMOKA.K	12:00 ~ 13:00 Basic MOMOKA.K	12:30 ~ 13:30 Back & Arm MOMOKA.K		
	13:30 ~ 14:30 Waist Haruka.M			13:30 ~ 14:30 Hip Punch natsuko	13:30 ~ 14:30 Shape up waist Minami	14:30 ~ 15:30 Release & Strength Haruka.M		
					15:00 ~ 16:00 Back & Arm MOMOKA.K	16:30 ~ 17:30 Basic AKIHO.B		
						17:30 ~ 18:30 Basic Haruna.H		
		18:00 ~ 19:00 Back & Arm MOMOKA.K	18:00 ~ 19:00 Pilates Workout Minami	18:00 ~ 19:00 Waist Haruka.M	18:00 ~ 19:00 Body Balance natsuko			
		19:30 ~ 20:30 Shape up waist Minami	19:30 ~ 20:30 Basic Haruna.H	19:30 ~ 20:30 jump to burn Haruka.M	19:30 ~ 20:30 Waist Haruka.M			
		21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Minami	21:00 ~ 22:00 Waist Minami	21:00 ~ 22:00 Basic AKIHO.B	21:00 ~ 22:00 Pilates Barre Haruka.M			

👉: 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。

・レッスン開始時刻前時間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。

pilates K センター北店 【 06/17 ~ 06/24 】 スケジュール

2025/05/15 更新

06/17	06/18	06/19	06/20	06/21	06/22	06/23	06/24
火	水	木	金	土	日	月	火
10:30 ~ 11:30 Release&Strength Haruka.M	10:30 ~ 11:30 Back&Arm MOMOKA.K		10:30 ~ 11:30 Pilates Workout Minami	10:30 ~ 11:30 Hip Punch natsuko	10:30 ~ 11:30 Waist Minami	close	10:30 ~ 11:30 Basic AKIHO.B
12:00 ~ 13:00 jump to burn Haruna.H	12:30 ~ 13:30 Basic Haruna.H		12:00 ~ 13:00 Waist Minami	12:00 ~ 13:00 Pilates Cardio Minami	12:30 ~ 13:30 Pilates Barre Haruka.M		12:00 ~ 13:00 Shape up waist Minami
13:30 ~ 14:30 Basic Haruna.H			13:30 ~ 14:30 Basic AKIHO.B	13:30 ~ 14:30 Body Balance natsuko	14:30 ~ 15:30 Hip & Leg Minami		13:30 ~ 14:30 Stretch&Conditioning Minami
				15:00 ~ 16:00 Waist Minami	16:30 ~ 17:30 Back&Arm MOMOKA.K		
				17:30 ~ 18:30 Back&Spine natsuko			
18:00 ~ 19:00 Basic AKIHO.B	18:00 ~ 19:00 Hip&Leg Minami	18:00 ~ 19:00 jump to burn Haruka.M	18:00 ~ 19:00 Back&Arm MOMOKA.K				18:00 ~ 19:00 Back&Spine natsuko
19:30 ~ 20:30 Hip&Leg Minami	19:30 ~ 20:30 Hip Punch Minami	19:30 ~ 20:30 Basic AKIHO.B	19:30 ~ 20:30 Pilates Barre Haruka.M				19:30 ~ 20:30 Body Balance natsuko
21:00 ~ 22:00 Pilates Cardio Minami	21:00 ~ 22:00 Basic AKIHO.B	21:00 ~ 22:00 Back&Arm MOMOKA.K	21:00 ~ 22:00 Release&Strength Haruka.M				21:00 ~ 22:00 Basic Haruna.H

pilates K センター北店 【 06/25 ~ 06/30 】 スケジュール

2025/05/15 更新

06/25	06/26	06/27	06/28	06/29	06/30
水	木	金	土	日	月
10:30 ~ 11:30 Pilates Barre Haruka.M		10:30 ~ 11:30 jump to burn Haruka.M	10:30 ~ 11:30 Back&Arm MOMOKA.K	10:30 ~ 11:30 Hip&Leg Minami	close
12:30 ~ 13:30 Hip&Leg Minami		12:00 ~ 13:00 Basic Haruna.H	12:00 ~ 13:00 Release&Strength Haruka.M	12:30 ~ 13:30 Back&Arm MOMOKA.K	
		13:30 ~ 14:30 Waist Haruka.M	13:30 ~ 14:30 Basic Haruna.H	14:30 ~ 15:30 Pilates Cardio Minami	
			15:00 ~ 16:00 Hip Punch Minami	16:30 ~ 17:30 Basic Haruna.H	
			17:30 ~ 18:30 Shape up waist Minami		
18:00 ~ 19:00 Release&Strength Haruka.M	18:00 ~ 19:00 Back&Arm MOMOKA.K	18:00 ~ 19:00 Basic AKIHO.B			
19:30 ~ 20:30 Basic AKIHO.B	19:30 ~ 20:30 Stretch&Conditioning Haruka.M	19:30 ~ 20:30 Hip&Leg Minami			
21:00 ~ 22:00 Back&Arm MOMOKA.K	21:00 ~ 22:00 jump to burn Haruka.M	21:00 ~ 22:00 Shape up waist Minami			

👉：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時間前迄を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。