

pilates K 新宿店		【 06/01 ~ 06/08 】		スケジュール		2025/05/15 更新	
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 Pilates Barre Kanna	close	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Kanna	10:30 ~ 11:30 Basic Reina.I	10:30 ~ 11:30 Shape up waist Yuuki	10:30 ~ 11:30 Waist Reina.I	10:30 ~ 11:30 Basic NOERU.S	10:30 ~ 11:30 Power up Control Kanna
12:30 ~ 13:30 Basic AIRE.u		12:00 ~ 13:00 jump to burn Kanna	12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning Yuuki	12:00 ~ 13:00 Basic Reina.I	12:00 ~ 13:00 Power up Control Kanna	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Yu.S	12:30 ~ 13:30 Basic Reina.I
14:30 ~ 15:30 Animal Stretch Kanna		13:30 ~ 14:30 Basic AIRE.u	13:30 ~ 14:30 Waist Reina.I	13:30 ~ 14:30 Back & Spine Yuuki	13:30 ~ 14:30 Hip Punch Mika	13:30 ~ 14:30 Body Balance Yuuki	14:30 ~ 15:30 jump to burn Kanna
16:30 ~ 17:30 Hip & Leg Yu.S						15:00 ~ 16:00 Basic AIRE.u	16:30 ~ 17:30 Waist Reina.I
						16:30 ~ 17:30 Back & Spine Yuuki	
						18:00 ~ 19:00 Waist Reina.I	
		18:00 ~ 19:00 Basic Reina.I	18:00 ~ 19:00 Pilates Barre Kanna	18:00 ~ 19:00 Basic NOERU.S	18:00 ~ 19:00 jump to burn Kanna		
		19:30 ~ 20:30 Body Balance Yuuki	19:30 ~ 20:30 Basic AIRE.u	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Yu.S	19:30 ~ 20:30 Basic AIRE.u		
		21:00 ~ 22:00 Back & Arm Yuuki	21:00 ~ 22:00 Shape up waist Kanna	21:00 ~ 22:00 Basic NOERU.S	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Yu.S		

pilates K 新宿店		【 06/09 ~ 06/16 】		スケジュール		2025/05/15 更新	
06/09	06/10	06/11	06/12	06/13	06/14	06/15	06/16
月	火	水	木	金	土	日	月
	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Yu.S	10:30 ~ 11:30 Release & Strength Nagisa.T	10:30 ~ 11:30 Body Balance Yuuki	10:30 ~ 11:30 Basic AIRE.u	10:30 ~ 11:30 Shape up waist Yuuki	10:30 ~ 11:30 Basic AIRE.u	close
	12:00 ~ 13:00 Basic NOERU.S	12:00 ~ 13:00 Hip Punch Nagisa.T	12:00 ~ 13:00 Basic Reina.I	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Kanna	12:00 ~ 13:00 Basic NOERU.S	12:30 ~ 13:30 Waist Reina.I	
	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Yu.S	13:30 ~ 14:30 Basic AIRE.u	13:30 ~ 14:30 Power up Control Kanna	13:30 ~ 14:30 Pilates Barre Kanna	13:30 ~ 14:30 Animal Stretch Yuuki	14:30 ~ 15:30 Basic AIRE.u	
					15:00 ~ 16:00 Waist Reina.I	16:30 ~ 17:30 Hip & Leg Yu.S	
					16:30 ~ 17:30 Body Balance Yuuki		
					18:00 ~ 19:00 Basic NOERU.S		
	18:00 ~ 19:00 Stretch & Conditioning Yuuki	18:00 ~ 19:00 Back & Arm Mika	18:00 ~ 19:00 jump to burn Kanna	18:00 ~ 19:00 Basic NOERU.S			
	19:30 ~ 20:30 Basic AIRE.u	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Yu.S	19:30 ~ 20:30 Basic AIRE.u	19:30 ~ 20:30 Shape up waist Yuuki			
	21:00 ~ 22:00 Back & Spine Yuuki	21:00 ~ 22:00 Pilates Cardio Mika	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Yu.S	21:00 ~ 22:00 Waist Reina.I			

👉: 休館可能レッスン
 ・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。

pilates K 新宿店		【 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 Waist Reina.I	10:30 ~ 11:30 Basic NOERU.S	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Yuuki	10:30 ~ 11:30 Animal Stretch Yuuki	10:30 ~ 11:30 Body Balance Yuuki	10:30 ~ 11:30 Waist Reina.I		10:30 ~ 11:30 Pilates Barre Kanna
12:00 ~ 13:00 Basic Reina.I	12:00 ~ 13:00 Waist Reina.I	12:00 ~ 13:00 Basic AIRE.u	12:00 ~ 13:00 Back & Arm Yuuki	12:00 ~ 13:00 Basic NOERU.S	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg Yu.S		12:00 ~ 13:00 Basic NOERU.S

13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	close	13:30 ~ 14:30
Back & Arm👉 Yuuki	Basic👉 NOERU.S	Shape up waist Yuuki	Basic👉 NOERU.S	Back & Arm👉 Yu.S	Basic👉 AIRE.u		Animal Stretch Kanna
				15:00 ~ 16:00 Back & Spine Yuuki	16:30 ~ 17:30 Power up Control Kanna		
				16:30 ~ 17:30 Basic👉 NOERU.S			
				18:00 ~ 19:00 Hip & Leg👉 Yu.S			
18:00 ~ 19:00 Basic👉 AIRE.u	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg👉 Yu.S	18:00 ~ 19:00 Release&Strength Kanoka	18:00 ~ 19:00 Pilates Cardio Miharu.H				18:00 ~ 19:00 Basic👉 AIRE.u
19:30 ~ 20:30 Hip & Leg👉 Yu.S	19:30 ~ 20:30 Basic👉 AIRE.u	19:30 ~ 20:30 Pilates Workout Kanoka	19:30 ~ 20:30 Waist👉 Reina.I				19:30 ~ 20:30 Waist👉 Reina.I
21:00 ~ 22:00 Basic👉 AIRE.u	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg👉 Yu.S	21:00 ~ 22:00 Basic👉 NOERU.S	21:00 ~ 22:00 Pilates Barre Miharu.H				21:00 ~ 22:00 Basic👉 Reina.I

pilates K 新宿店 【 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	close
水	木	金	土	日	月	
10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio Saki	10:30 ~ 11:30 Basic👉 AIRE.u	10:30 ~ 11:30 Waist👉 Reina.I	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg👉 Yu.S	10:30 ~ 11:30 Basic👉 AIRE.u		
12:00 ~ 13:00 Hip & Leg👉 Yu.S	12:00 ~ 13:00 Power up Control Kanna	12:00 ~ 13:00 Back & Arm👉 Yuuki	12:00 ~ 13:00 Basic👉 Reina.I	12:30 ~ 13:30 jump to burn Kanna		
13:30 ~ 14:30 Pilates Workout Saki	13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning👉 Kanna	13:30 ~ 14:30 Basic👉 Reina.I	13:30 ~ 14:30 Back & Arm👉 Yu.S	14:30 ~ 15:30 Animal Stretch Yuuki		
			15:00 ~ 16:00 Shape up waist Yuuki	16:30 ~ 17:30 Body Balance Yuuki		
			16:30 ~ 17:30 Basic👉 NOERU.S			
			18:00 ~ 19:00 Back & Spine Yuuki			
18:00 ~ 19:00 Pilates Barre Kanna	18:00 ~ 19:00 Back & Arm👉 Yu.S	18:00 ~ 19:00 jump to burn Kanna				
19:30 ~ 20:30 Basic👉 NOERU.S	19:30 ~ 20:30 Body Balance Yuuki	19:30 ~ 20:30 Basic👉 AIRE.u				
21:00 ~ 22:00 Back & Spine Yuuki	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg👉 Yu.S	21:00 ~ 22:00 Power up Control Kanna				

👉：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。