

pilates K 新宿店		【 06/01 ~ 06/08 】 スケジュール						2025/05/28 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						2025/05/28 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 Pilates Workout Riri		
	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				

👉：休養可能レッスン

・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に制限されます。

pilates K 新宿店		【 06/17 ~ 06/24 】		スケジュール		2025/05/28	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	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30
Waist👉	Basic👉	Back & Arm👉	Animal Stretch	Body Balance	Waist👉		Pilates Barre
Reina.I	Risa. I	Yuuki	Yuuki	Yuuki	Reina.I		Kanna
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00
Basic👉	Waist👉	Basic👉	Back & Arm👉	Basic👉	Hip & Leg👉		Basic👉
Reina.I	Reina.I	AIRE.u	Yuuki	NOERU.S	Yu.S		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		13:30 ~ 14:30
Back & Spine	Basic👉	Shape up waist	Basic👉	Back & Arm👉	Basic👉		Animal Stretch
Yuuki	NOERU.S	Yuuki	NOERU.S	Yu.S	AIRE.u		Kanna
				15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		
				Back & Spine	Power up Control		
				Yuuki	Kanna		
				16:30 ~ 17:30			
				Basic👉			
				NOERU.S			
				18:00 ~ 19:00			
				Hip & Leg👉			
				Yu.S			
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00
Basic👉	Hip & Leg👉	Release&Strength	Pilates Cardio				Basic👉
Risa. I	Yu.S	Kanoka	Miharu.H				Risa. I
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30
Hip & Leg👉	Basic👉	Pilates Workout	Waist👉				Waist👉
Yu.S	AIRE.u	Kanoka	Reina.I				Reina.I
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00
Basic👉	Hip & Leg👉	Basic👉	Pilates Barre				Basic👉
AIRE.u	Yu.S	NOERU.S	Miharu.H				

pilates K 新宿店		【 06/25 ~ 06/30 】		スケジュール		2025/05/28	更新
06/25	06/26	06/27	06/28	06/29	06/30		
水	木	金	土	日	月		
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close		
Pilates Cardio	Basic👉	Waist👉	Hip & Leg👉	Basic👉			
Saki	AIRE.u	Reina.I	Yu.S	AIRE.u			
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30			
Hip & Leg👉	Power up Control	Back & Arm👉	Basic👉	jump to burn			
Yu.S	Kanna	Yuuki	Reina.I	Kanna			
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30			
Pilates Workout	Stretch & Conditioning👉	Basic👉	Back & Arm👉	Animal Stretch			
Saki	Kanna	Reina.I	Yu.S	Yuuki			
			15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30			
			Shape up waist	Body Balance			
			Yuuki	Yuuki			
			16:30 ~ 17:30				
			Basic👉				
			NOERU.S				
			18:00 ~ 19:00				
			Back & Spine				
			Yuuki				
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00					
Pilates Barre	Back & Arm👉	jump to burn					
Kanna	Yu.S	Kanna					
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30					
Basic👉	Body Balance	Basic👉					
Risa. I	Yuuki	AIRE.u					
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00					
Back & Spine	Hip & Leg👉	Power up Control					
Yuuki	Yu.S	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。