

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 Back&Arm Kalia	close	10:30 ~ 11:30 Hip&Leg Karin.M	10:30 ~ 11:30 Basic 未定		10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio Karin.M	10:30 ~ 11:30 Shape up waist Karin.M	10:30 ~ 11:30 Body Balance Karin.N
12:30 ~ 13:30 Pilates Barre Kalia		12:00 ~ 13:00 Stretch&Conditioning Kalia	12:30 ~ 13:30 Back&Arm Kalia		12:00 ~ 13:00 Hip&Leg Karin.M	12:00 ~ 13:00 Back&Arm Karin.N	12:30 ~ 13:30 Basic Karin.M
14:30 ~ 15:30 Basic Karin.N		13:30 ~ 14:30 Basic Karin.M			13:30 ~ 14:30 Basic moeko.t	13:30 ~ 14:30 Hip&Leg Karin.N	14:30 ~ 15:30 Back&Arm Karin.N
16:30 ~ 17:30 Shape up waist Kalia						15:00 ~ 16:00 Basic Karin.M	16:30 ~ 17:30 Pilates Cardio Karin.M
						17:30 ~ 18:30 Waist Karin.N	
			18:00 ~ 19:00 Waist Karin.N	18:00 ~ 19:00 Hip&Leg Karin.N	18:00 ~ 19:00 Back&Arm Karin.N	18:00 ~ 19:00 Waist mai.K	
			19:30 ~ 20:30 Pilates Cardio Kalia	19:30 ~ 20:30 Release&Strength Kalia	19:30 ~ 20:30 Pilates Barre Kalia	19:30 ~ 20:30 Basic moeko.t	
			21:00 ~ 22:00 Back&Arm Karin.N	21:00 ~ 22:00 Waist Karin.N	21:00 ~ 22:00 Basic Karin.N	21:00 ~ 22:00 Body Balance mai.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 Back&Arm Karin.N	10:30 ~ 11:30 Hip&Leg Karin.M		10:30 ~ 11:30 Stretch&Conditioning Kalia	10:30 ~ 11:30 Basic 未定	10:30 ~ 11:30 Back&Arm Karin.N	close
	12:00 ~ 13:00 Basic Kalia	12:30 ~ 13:30 Release&Strength Kalia		12:00 ~ 13:00 Back&Arm Kalia	12:00 ~ 13:00 Pilates Barre Kalia	12:30 ~ 13:30 Hip&Leg Karin.M	
	13:30 ~ 14:30 Waist Karin.N			13:30 ~ 14:30 Pilates Cardio Kalia	13:30 ~ 14:30 Waist Kalia	14:30 ~ 15:30 Body Balance Karin.N	
					15:00 ~ 16:00 Hip&Leg Karin.M	16:30 ~ 17:30 Basic Karin.M	
					17:30 ~ 18:30 Release&Strength Kalia		
	18:00 ~ 19:00 Stretch&Conditioning Kalia	18:00 ~ 19:00 Back&Arm moeko.t	18:00 ~ 19:00 Basic moeko.t	18:00 ~ 19:00 Hip&Leg Karin.M			
	19:30 ~ 20:30 Basic 未定	19:30 ~ 20:30 Basic moeko.t	19:30 ~ 20:30 Back&Arm moeko.t	19:30 ~ 20:30 Basic moeko.t			
	21:00 ~ 22:00 Pilates Barre Kalia	21:00 ~ 22:00 Waist Karin.N	21:00 ~ 22:00 Hip&Leg Karin.N	21:00 ~ 22:00 Shape up waist Karin.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 春日店 【 06/17 ~ 06/24 】 スケジュール

2025/06/03 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 Shape up waist Karin.M	10:30 ~ 11:30 Basic 未定		10:30 ~ 11:30 Back & Arm Karin.N	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Karin.M	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre Kalia	close	10:30 ~ 11:30 Release & Strength Kalia
12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Karin.M	12:30 ~ 13:30 Waist Karin.M		12:00 ~ 13:00 Body Balance Karin.N	12:00 ~ 13:00 Basic 未定	12:30 ~ 13:30 Waist Kalia		12:00 ~ 13:00 Basic 未定
13:30 ~ 14:30 Basic 未定			13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Kalia	13:30 ~ 14:30 Pilates Cardio Karin.M	14:30 ~ 15:30 Basic 未定		13:30 ~ 14:30 Back & Arm Kalia
				15:00 ~ 16:00 Waist Karin.M	16:30 ~ 17:30 Body Balance Kalia		
				17:30 ~ 18:30 Basic 未定			
18:00 ~ 19:00 Pilates Barre Kalia	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Karin.N	18:00 ~ 19:00 Waist Karin.N	18:00 ~ 19:00 Basic 未定				18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Karin.M
19:30 ~ 20:30 Waist Karin.M	19:30 ~ 20:30 Basic 未定	19:30 ~ 20:30 Pilates Cardio Karin.M	19:30 ~ 20:30 Waist Karin.M				19:30 ~ 20:30 Pilates Barre Kalia
21:00 ~ 22:00 Release & Strength Kalia	21:00 ~ 22:00 Back & Arm Karin.N	21:00 ~ 22:00 Basic Karin.N	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Karin.M				21:00 ~ 22:00 Waist Karin.M

pilates K 春日店 【 06/25 ~ 06/30 】 スケジュール

2025/06/03 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 Cardio Karin.M		10:30 ~ 11:30 Body Balance Karin.N	10:30 ~ 11:30 Waist Karin.M	10:30 ~ 11:30 Basic Karin.M	close
12:30 ~ 13:30 Hip & Leg Karin.M		12:00 ~ 13:00 Back & Arm Karin.N	12:00 ~ 13:00 Basic 未定	12:30 ~ 13:30 Pilates Barre Kalia	
		13:30 ~ 14:30 Basic 未定	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Karin.M	14:30 ~ 15:30 Stretch & Conditioning Kalia	
			15:00 ~ 16:00 Basic 未定	16:30 ~ 17:30 Pilates Cardio Karin.M	
			17:30 ~ 18:30 Shape up waist Karin.M		
18:00 ~ 19:00 Body Balance Karin.N	18:00 ~ 19:00 Basic 未定	18:00 ~ 19:00 Waist Karin.M			
19:30 ~ 20:30 Back & Arm Karin.N	19:30 ~ 20:30 Waist Karin.N	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Kalia			
21:00 ~ 22:00 Basic 未定	21:00 ~ 22:00 Back & Arm Karin.N	21:00 ~ 22:00 Pilates Cardio Karin.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。