

07/01	07/02	07/03	07/04	07/05	07/06	07/07	07/08
火	水	木	金	土	日	月	火
10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 Saya, b	10:30 ~ 11:30 Back & Arm 🍃 Saya, b		10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 Noa, M	10:30 ~ 11:30 Release&Strength Saya, b	10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 Noa, M	close	10:30 ~ 11:30 Waist 🍃 Ami, O
12:00 ~ 13:00 Hip & Leg 🍃 Saya, b	12:30 ~ 13:30 Basic 🍃 Noa, M		12:00 ~ 13:00 Waist 🍃 Saya, b	12:30 ~ 13:00 Back & Arm 🍃 Ami, O	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg 🍃 Mahiro, J		12:00 ~ 13:00 Basic 🍃 Saya, b
13:30 ~ 14:30 Basic 🍃 Mahiro, J			13:30 ~ 14:30 Hip & Leg 🍃 Saya, b	13:30 ~ 14:30 Basic 🍃 Noa, M	14:30 ~ 15:30 Stretch & Conditioning 🍃 Mahiro, J		13:30 ~ 14:30 Back & Arm 🍃 Saya, b
				15:00 ~ 16:00 Hip & Leg 🍃 Saya, b	16:30 ~ 17:30 Basic 🍃 Noa, M		
				17:30 ~ 18:30 Waist 🍃 Ami, O			
18:00 ~ 19:00 Back & Arm 🍃 Ami, O	18:00 ~ 19:00 Basic 🍃 Ami, O	18:00 ~ 19:00 Back & Arm 🍃 Ami, O	18:00 ~ 19:00 Stretch & Conditioning 🍃 Mahiro, J				18:00 ~ 19:00 Hip & Leg 🍃 Mahiro, J
19:30 ~ 20:30 Pilates Barre Mahiro, J	19:30 ~ 20:30 Stretch & Conditioning 🍃 Mahiro, J	19:30 ~ 20:30 Waist 🍃 Ami, O	19:30 ~ 20:30 Basic 🍃 Ami, O				19:30 ~ 20:30 Basic 🍃 Noa, M
21:00 ~ 22:00 Basic 🍃 Ami, O	21:00 ~ 22:00 Waist 🍃 Mahiro, J	21:00 ~ 22:00 Basic 🍃 Noa, M	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg 🍃 Mahiro, J				21:00 ~ 22:00 Pilates Barre Mahiro, J

07/09	07/10	07/11	07/12	07/13	07/14	07/15	07/16
水	木	金	土	日	月	火	水
10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 Ami, O		10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 Noa, M	10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 Noa, M	10:30 ~ 11:30 Release&Strength Saya, b	close	10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 Saya, b	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg 🍃 Saya, b
12:30 ~ 13:30 Stretch & Conditioning 🍃 Mahiro, J		12:00 ~ 13:00 Waist 🍃 Noa, M	12:00 ~ 13:00 Waist 🍃 Ami, O	12:30 ~ 13:30 Basic 🍃 Ami, O		12:00 ~ 13:00 Back & Arm 🍃 Saya, b	12:30 ~ 13:30 Release&Strength Saya, b
		13:30 ~ 14:30 Basic 🍃 Ami, O	13:30 ~ 14:30 Basic 🍃 Noa, M	14:30 ~ 15:30 Hip & Leg 🍃 Saya, b		13:30 ~ 14:30 Pilates Barre Mahiro, J	
			15:00 ~ 16:00 Back & Arm 🍃 Ami, O	16:30 ~ 17:30 Waist 🍃 Ami, O			
			17:30 ~ 18:30 Basic 🍃 Noa, M				
18:00 ~ 19:00 Release&Strength Saya, b	18:00 ~ 19:00 Back & Arm 🍃 Saya, b	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg 🍃 Saya, b				18:00 ~ 19:00 Waist 🍃 Noa, M	18:00 ~ 19:00 Basic 🍃 Noa, M
19:30 ~ 20:30 Back & Arm 🍃 Noa, M	19:30 ~ 20:30 Basic 🍃 Ami, O	19:30 ~ 20:30 Waist 🍃 Ami, O				19:30 ~ 20:30 Back & Arm 🍃 Ami, O	19:30 ~ 20:30 Waist 🍃 Ami, O
21:00 ~ 22:00 Waist 🍃 Noa, M	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg 🍃 Saya, b	21:00 ~ 22:00 Release&Strength Saya, b				21:00 ~ 22:00 Basic 🍃 Noa, M	21:00 ~ 22:00 Basic 🍃 Noa, 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時間前迄にお支払いしております。

・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 札幌駅前店 【 07/17 ~ 07/24 】 スケジュール

2025/06/24 更新

07/17	07/18	07/19	07/20	07/21	07/22	07/23	07/24
木	金	土	日	月	火	水	木
	10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 Noa.M	10:30 ~ 11:30 Back & Arm 🍃 Noa.M	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg 🍃 Mahiro.J	close	10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 Saya.b	10:30 ~ 11:30 Waist 🍃 Ami.O	
	12:00 ~ 13:00 Back & Arm 🍃 Ami.O	12:00 ~ 13:00 Release&Strength Saya.b	12:30 ~ 13:30 Pilates Barre Saya.b		12:00 ~ 13:00 Waist 🍃 Ami.O	12:30 ~ 13:30 Pilates Barre Saya.b	
	13:30 ~ 14:30 Basic 🍃 Noa.M	13:30 ~ 14:30 Waist 🍃 Mahiro.J	14:30 ~ 15:30 Back & Arm 🍃 Mahiro.J		13:30 ~ 14:30 Back & Arm 🍃 Ami.O		
		15:00 ~ 16:00 Hip & Leg 🍃 Saya.b	16:30 ~ 17:30 Release&Strength Saya.b				
		17:30 ~ 18:30 Stretch & Conditioning 🍃 Mahiro.J					
18:00 ~ 19:00 Hip & Leg 🍃 Mahiro.J	18:00 ~ 19:00 Release&Strength Saya.b				18:00 ~ 19:00 Stretch & Conditioning 🍃 Mahiro.J	18:00 ~ 19:00 Back & Arm 🍃 Saya.b	18:00 ~ 19:00 Release&Strength Saya.b
19:30 ~ 20:30 Basic 🍃 Ami.O	19:30 ~ 20:30 Basic 🍃 Ami.O				19:30 ~ 20:30 Basic 🍃 Mahiro.J	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg 🍃 Mahiro.J	19:30 ~ 20:30 Stretch & Conditioning 🍃 Mahiro.J
21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning 🍃 Mahiro.J	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg 🍃 Saya.b				21:00 ~ 22:00 Back & Arm 🍃 Mahiro.J	21:00 ~ 22:00 Basic 🍃 Mahiro.J	21:00 ~ 22:00 Waist 🍃 Mahiro.J

pilates K 札幌駅前店 【 07/25 ~ 07/31 】 スケジュール

2025/06/24 更新

07/25	07/26	07/27	07/28	07/29	07/30	07/31
金	土	日	月	火	水	木
10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning 🍃 Mahiro.J	10:30 ~ 11:30 Back & Arm 🍃 Mahiro.J	10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 Ami.O	close	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre Mahiro.J	10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 Mahiro.J	
12:00 ~ 13:00 Basic 🍃 Ami.O	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg 🍃 Mahiro.J	12:30 ~ 13:30 Back & Arm 🍃 イラストター未確定		12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning 🍃 Mahiro.J	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg 🍃 Mahiro.J	
13:30 ~ 14:30 Back & Arm 🍃 Mahiro.J	13:30 ~ 14:30 Basic 🍃 Ami.O	14:30 ~ 15:30 Waist 🍃 Ami.O		13:30 ~ 14:30 Basic 🍃 Ami.O		
	15:00 ~ 16:00 Stretch & Conditioning 🍃 Mahiro.J	16:30 ~ 17:30 Back & Arm 🍃 Ami.O				
	17:30 ~ 18:30 Basic 🍃 Ami.O					
18:00 ~ 19:00 Basic 🍃 Saya.b				18:00 ~ 19:00 Release&Strength Saya.b	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg 🍃 Saya.b	18:00 ~ 19:00 Waist 🍃 Mahiro.J
19:30 ~ 20:30 Pilates Barre Saya.b				19:30 ~ 20:30 Hip & Leg 🍃 Saya.b	19:30 ~ 20:30 Basic 🍃 Ami.O	19:30 ~ 20:30 Release&Strength Saya.b
21:00 ~ 22:00 Back & Arm 🍃 Saya.b				21:00 ~ 22:00 Basic 🍃 Ami.O	21:00 ~ 22:00 Back & Arm 🍃 Ami.O	21:00 ~ 22:00 Pilates Barre Saya.b

🍃 : 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時間前を切つて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。