

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 Back & Spine Yuna	10:30 ~ 11:30 jump to burn Luca	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Amau.H	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Kotone.W	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg 未定	10:30 ~ 11:30 Basic Yumena.h		10:30 ~ 11:30 Basic Hono.Y
12:00 ~ 13:00 Release&Strength Amau.H	12:00 ~ 13:00 Waist Nagi.M	12:00 ~ 13:00 Power up Control Sakura.M	12:00 ~ 13:00 Hip Punch miho	12:30 ~ 13:00 Release&Strength Amau.H	12:00 ~ 13:00 Waist Nagi.M		12:00 ~ 13:00 Pilates Cardio miho
13:30 ~ 14:30 jump to burn Yuna	13:30 ~ 14:30 Pilates Barre Luca	13:30 ~ 14:30 Pilates Workout Amau.H	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Kotone.W	13:30 ~ 14:30 Hip Punch Amau.H	13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning Yuna		13:30 ~ 14:30 Basic Hono.Y
15:00 ~ 16:00 Basic Miyu.S		15:00 ~ 16:00 Basic Miyu.S		15:00 ~ 16:00 Basic Hono.Y	15:00 ~ 16:00 Basic Yumena.h		15:00 ~ 16:00 Shape up waist Sakura.M
				16:30 ~ 17:30 Hip & Leg 未定	16:30 ~ 17:30 jump to burn Yuna		
				18:00 ~ 19:00 Shape up waist Sakura.M	18:00 ~ 19:00 Waist Nagi.M		
17:30 ~ 18:30 Hip & Leg Amau.H	17:30 ~ 18:30 Hip Punch Amau.H	17:30 ~ 18:30 Pilates Cardio Sakura.M	17:30 ~ 18:30 Basic Hono.Y	19:30 ~ 20:30 Back & Spine Sakura.M			17:30 ~ 18:30 Advance miho
19:00 ~ 20:00 Hip Punch Amau.H	19:00 ~ 20:00 Release&Strength Amau.H	19:00 ~ 20:00 Reset Flow Sakura.M	19:00 ~ 20:00 Pilates Workout Amau.H				19:00 ~ 20:00 Animal Stretch Sakura.M
20:30 ~ 21:30 Basic Miyu.S	20:30 ~ 21:30 Waist Nagi.M	20:30 ~ 21:30 Basic Miyu.S	20:30 ~ 21:30 Release&Strength Amau.H				20:30 ~ 21:30 Back & Spine yui

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 Reset Flow Sakura.M	10:30 ~ 11:30 Back & Spine Sakura.M	10:30 ~ 11:30 Advance yui	10:30 ~ 11:30 Shape up waist Sakura.M	10:30 ~ 11:30 Basic Nagi.M	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre yui	10:30 ~ 11:30 Power up Control Sakura.M	10:30 ~ 11:30 Basic Nagi.M
12:00 ~ 13:00 Basic Hono.Y	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Amau.H	12:00 ~ 13:00 Basic Hono.Y	12:00 ~ 13:00 Basic Miyu.S	12:00 ~ 13:00 Power up Control Sakura.M	12:00 ~ 13:00 Basic Hono.Y	12:00 ~ 13:00 Waist Nagi.M	12:00 ~ 13:00 Pilates Cardio Sakura.M
13:30 ~ 14:30 Animal Stretch Sakura.M	13:30 ~ 14:30 Pilates Cardio Sakura.M	13:30 ~ 14:30 Pilates Barre yui	13:30 ~ 14:30 Reset Flow Sakura.M	13:30 ~ 14:30 Waist Nagi.M	13:30 ~ 14:30 jump to burn yui	13:30 ~ 14:30 Pilates Cardio Sakura.M	13:30 ~ 14:30 Waist Nagi.M
	15:00 ~ 16:00 Basic Hono.Y		15:00 ~ 16:00 Hip & Leg Kotone.W	15:00 ~ 16:00 Back & Arm Amau.H		15:00 ~ 16:00 Basic Nagi.M	
			16:30 ~ 17:30 Waist Nagi.M	16:30 ~ 17:30 Back & Spine Sakura.M			
			18:00 ~ 19:00 Basic Nagi.M	18:00 ~ 19:00 Pilates Workout Amau.H			
17:30 ~ 18:30 Hip & Leg 未定	17:30 ~ 18:30 Basic Hono.Y	17:30 ~ 18:30 Release&Strength Amau.H	19:30 ~ 20:30 Back & Arm Kotone.W		17:30 ~ 18:30 Hip & Leg Amau.H	17:30 ~ 18:30 Back & Arm Hono.Y	17:30 ~ 18:30 Basic Hono.Y
19:00 ~ 20:00 Hip Punch Amau.H	19:00 ~ 20:00 Body Balance yui	19:00 ~ 20:00 Basic Hono.Y			19:00 ~ 20:00 Basic Hono.Y	19:00 ~ 20:00 Waist Nagi.M	19:00 ~ 20:00 Reset Flow Sakura.M
20:30 ~ 21:30 Basic 未定	20:30 ~ 21:30 Pilates Barre yui	20:30 ~ 21:30 Pilates Workout Amau.H			20:30 ~ 21:30 Release&Strength Amau.H	20:30 ~ 21:30 Basic Hono.Y	20:30 ~ 21:30 Back & Arm Hono.Y

👉：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 NU茶屋町店

【 07/17 ~ 07/24 】 スケジュール

2025/06/21 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 Animal Stretch Sakura.M	10:30 ~ 11:30 Waist Nagi.M	10:30 ~ 11:30 Advance yui	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre luca	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Amau.H	10:30 ~ 11:30 Basic Nagi.M	10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio Sakura.M	10:30 ~ 11:30 Body Balance Sakura.M
12:00 ~ 13:00 Release&Strength Amau.H	12:00 ~ 13:00 Pilates Barre yui	12:00 ~ 13:00 Waist Nagi.M	12:00 ~ 13:00 Hip Punch Amau.H	12:00 ~ 13:00 Release&Strength Amau.H	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Amau.H	12:00 ~ 13:00 Waist Nagi.M	12:00 ~ 13:00 Back & Arm Hono.Y
13:30 ~ 14:30 Shape up waist Sakura.M	13:30 ~ 14:30 Basic Nagi.M	13:30 ~ 14:30 Back & Spine yui	13:30 ~ 14:30 Back & Arm Hono.Y	13:30 ~ 14:30 Basic Hono.Y	13:30 ~ 14:30 Body Balance Nagi.M	13:30 ~ 14:30 Shape up waist Sakura.M	13:30 ~ 14:30 Reset Flow Sakura.M
15:00 ~ 16:00 Pilates Workout Hono.Y		15:00 ~ 16:00 Stretch & Conditioning Sakura.M	15:00 ~ 16:00 jump to burn luca		15:00 ~ 16:00 Hip Punch Amau.H		15:00 ~ 16:00 Basic Hono.Y
		16:30 ~ 17:30 Basic Yumena.h	16:30 ~ 17:30 Hip & Leg Amau.H				
		18:00 ~ 19:00 Pilates Cardio Sakura.M	18:00 ~ 19:00 Basic Hono.Y				
17:30 ~ 18:30 Back & Arm Hono.Y	17:30 ~ 18:30 Hip & Leg Amau.H	19:30 ~ 20:30 Basic Yumena.h		17:30 ~ 18:30 Animal Stretch Sakura.M	17:30 ~ 18:30 Back & Arm Hono.Y	17:30 ~ 18:30 Body Balance Nagi.M	17:30 ~ 18:30 Shape up waist yui
19:00 ~ 20:00 Hip Punch Amau.H	19:00 ~ 20:00 Advance yui			19:00 ~ 20:00 Back & Arm Hono.Y	19:00 ~ 20:00 Reset Flow Sakura.M	19:00 ~ 20:00 Waist Nagi.M	19:00 ~ 20:00 Back & Spine yui
20:30 ~ 21:30 Basic Hono.Y	20:30 ~ 21:30 Hip Punch Amau.H			20:30 ~ 21:30 Back & Spine Sakura.M	20:30 ~ 21:30 Basic Hono.Y	20:30 ~ 21:30 Hip & Leg Amau.H	20:30 ~ 21:30 Back & Arm Hono.Y

pilates K NU茶屋町店

【 07/25 ~ 07/31 】 スケジュール

2025/06/21 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 Basic Hono.Y	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre yui	10:30 ~ 11:30 Shape up waist Sakura.M	10:30 ~ 11:30 Body Balance Nagi.M	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Amau.H	10:30 ~ 11:30 Waist Nagi.M	10:30 ~ 11:30 Basic Hono.Y
12:00 ~ 13:00 Advance yui	12:00 ~ 13:00 Back & Arm Hono.Y	12:00 ~ 13:00 Pilates Workout Amau.H	12:00 ~ 13:00 Reset Flow Sakura.M	12:00 ~ 13:00 Basic Miyu.S	12:00 ~ 13:00 Basic Hono.Y	12:00 ~ 13:00 Body Balance Nagi.M
13:30 ~ 14:30 Back & Arm Hono.Y	13:30 ~ 14:30 jump to burn miho	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Kotone.W	13:30 ~ 14:30 Waist Nagi.M	13:30 ~ 14:30 Hip Punch Amau.H	13:30 ~ 14:30 Body Balance Nagi.M	13:30 ~ 14:30 Back & Arm Hono.Y
	15:00 ~ 16:00 Pilates Workout Amau.H	15:00 ~ 16:00 Pilates Cardio Sakura.M		15:00 ~ 16:00 Basic Miyu.S		15:00 ~ 16:00 Waist Nagi.M
	16:30 ~ 17:30 Back & Arm Hono.Y	16:30 ~ 17:30 Release&Strength Amau.H				
	18:00 ~ 19:00 Basic Hono.Y	18:00 ~ 19:00 Back & Arm Kotone.W				
17:30 ~ 18:30 Waist Nagi.M	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Amau.H		17:30 ~ 18:30 Basic Yumena.h	17:30 ~ 18:30 Animal Stretch Sakura.M	17:30 ~ 18:30 Reset Flow Sakura.M	17:30 ~ 18:30 Pilates Workout Amau.H
19:00 ~ 20:00 Stretch & Conditioning yui			19:00 ~ 20:00 Power up Control Sakura.M	19:00 ~ 20:00 Basic Miyu.S	19:00 ~ 20:00 Back & Arm Hono.Y	19:00 ~ 20:00 Basic Nagi.M
20:30 ~ 21:30 Body Balance Nagi.M			20:30 ~ 21:30 Back & Arm Yumena.h	20:30 ~ 21:30 Back & Spine Sakura.M	20:30 ~ 21:30 Shape up waist Sakura.M	20:30 ~ 21:30 Hip Punch Amau.H

👉: 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。