

pilates K 春日店 【 08/01 ~ 08/08 】 スケジュール								2025/08/24	更新
08/01	08/02	08/03	08/04	08/05	08/06	08/07	08/08		
金	土	日	月	火	水	木	金		
10:30 ~ 11:30 Body Balance karin.N	10:30 ~ 11:30 Back & Arm karin.N	10:30 ~ 11:30 Basic shiori.H		10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio Karin.M	10:30 ~ 11:30 Basic Kalia		10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Mai.M		
12:00 ~ 13:00 Hip & Leg karin.N	12:00 ~ 13:00 Waist karin.N	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg Mai.M		12:00 ~ 13:00 Waist Karin.M	12:30 ~ 13:30 Stretch & Conditioning Kalia		12:00 ~ 13:00 Pilates Cardio Kalia		
13:30 ~ 14:30 Waist Karin.M	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Karin.M	14:30 ~ 15:30 Basic shiori.H		13:30 ~ 14:30 Body Balance karin.N			13:30 ~ 14:30 Basic Mai.M		
	15:00 ~ 16:00 Basic Mai.M	16:30 ~ 17:30 Pilates Barre Kalia							
18:00 ~ 19:00 Back & Arm Kalia	17:30 ~ 18:30 Pilates Cardio Karin.M			18:00 ~ 19:00 Basic karin.N	18:00 ~ 19:00 Waist Karin.M	18:00 ~ 19:00 Back & Arm karin.N	18:00 ~ 19:00 Pilates Barre Karin.M		
19:30 ~ 20:30 Shape up waist				19:30 ~ 20:30 Pilates Barre Kalia	19:30 ~ 20:30 Basic Mai.M	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg karin.N	19:30 ~ 20:30 Stretch & Conditioning Kalia		
21:00 ~ 22:00 Release & Strength Kalia				21:00 ~ 22:00 Back & Arm karin.N	21:00 ~ 22:00 Pilates Cardio Karin.M	21:00 ~ 22:00 Basic Meimi.S	21:00 ~ 22:00 Shape up waist Kalia		

pilates K 春日店 【 08/09 ~ 08/16 】 スケジュール								2025/08/24	更新
08/09	08/10	08/11	08/12	08/13	08/14	08/15	08/16		
土	日	月	火	水	木	金	土		
10:30 ~ 11:30 Waist karin.N	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Mai.M		10:30 ~ 11:30 Back & Arm karin.N	10:30 ~ 11:30 Waist karin.N		10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio Kalia	10:30 ~ 11:30 Basic moeko.t		
12:00 ~ 13:00 Basic Mai.M	12:30 ~ 13:30 Pilates Cardio Karin.M		12:00 ~ 13:00 Pilates Barre Kalia	12:30 ~ 13:30 Pilates Cardio Kalia		12:00 ~ 13:00 Back & Arm Kalia	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Mai.M		
13:30 ~ 14:30 Body Balance karin.N	14:30 ~ 15:30 Back & Arm karin.N		13:30 ~ 14:30 Basic karin.N			13:30 ~ 14:30 Pilates Barre Karin.M	13:30 ~ 14:30 Waist moeko.t		
15:00 ~ 16:00 Release & Strength Kalia	16:30 ~ 17:30 Basic Kalia						15:00 ~ 16:00 Basic Mai.M		
17:30 ~ 18:30 Hip & Leg Mai.M			18:00 ~ 19:00 Release & Strength Kalia	18:00 ~ 19:00 Basic karin.N	18:00 ~ 19:00 Pilates Cardio Karin.M	18:00 ~ 19:00 Basic karin.N	17:30 ~ 18:30 Hip & Leg Mai.M		
			19:30 ~ 20:30 Waist Karin.M	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Karin.M	19:30 ~ 20:30 Back & Arm karin.N	19:30 ~ 20:30 Shape up waist Karin.M			
			21:00 ~ 22:00 Pilates Cardio Karin.M	21:00 ~ 22:00 Shape up waist Karin.M	21:00 ~ 22:00 Pilates Barre Karin.M	21:00 ~ 22:00 Body Balance karin.N			

:体験可能レッスン
・クラスの個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 時間前までにお申し込みしております。
・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		【 08/17 ~ 08/24 】		スケジュール		2025/08/24	更新
08/17	08/18	08/19	08/20	08/21	08/22	08/23	08/24
日	月	火	水	木	金	土	日
10:30 ~ 11:30 Back&Arm karn.N		10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio Karin.M	10:30 ~ 11:30 Waist Karin.M		10:30 ~ 11:30 Hip&Leg Mai.M	10:30 ~ 11:30 Basic Mai.M	10:30 ~ 11:30 Hip&Leg Mai.M
12:30 ~ 13:30 Basic Mai.M		12:00 ~ 13:00 Hip&Leg Mai.M	12:30 ~ 13:30 Back&Arm Ayana.S		12:00 ~ 13:00 Body Balance karin.N	12:00 ~ 13:00 Pilates Barre Karin.M	12:30 ~ 13:30 Basic shiori.H
14:30 ~ 15:30 Hip&Leg Mai.M		13:30 ~ 14:30 Pilates Barre Karin.M			13:30 ~ 14:30 Basic Mai.M	13:30 ~ 14:30 Hip&Leg Mai.M	14:30 ~ 15:30 Waist shiori.H
16:30 ~ 17:30 Body Balance karin.N						15:00 ~ 16:00 Basic Mai.M	16:30 ~ 17:30 Hip&Leg Kalia
		18:00 ~ 19:00 Basic RIRI.G	18:00 ~ 19:00 Hip&Leg Mai.M	18:00 ~ 19:00 Basic Mai.M	18:00 ~ 19:00 Waist Karin.M	18:00 ~ 19:00 Shape up waist Karin.M	
		19:30 ~ 20:30 Hip&Leg Mai.M	19:30 ~ 20:30 Basic Mai.M	19:30 ~ 20:30 Shape up waist Karin.M	19:30 ~ 20:30 Back&Arm karin.N		
		21:00 ~ 22:00 Basic RIRI.G	21:00 ~ 22:00 Pilates Cardio Karin.M	21:00 ~ 22:00 Hip&Leg Mai.M	21:00 ~ 22:00 Pilates Barre Karin.M		

pilates K 春日店		【 08/25 ~ 08/31 】		スケジュール		2025/08/24	更新
08/25	08/26	08/27	08/28	08/29	08/30	08/31	
月	火	水	木	金	土	日	
	10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning Kalia	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre Karin.M		10:30 ~ 11:30 Basic Mai.M	10:30 ~ 11:30 Release & Strength karin.N	10:30 ~ 11:30 Waist karin.N	
	12:00 ~ 13:00 Shape up waist Karin.M	12:30 ~ 13:30 Waist Kalia		12:00 ~ 13:00 Back & Arm Kalia	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Mai.M	12:30 ~ 13:30 Basic Mai.M	
	13:30 ~ 14:30 Basic Karin.M			13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Kalia	13:30 ~ 14:30 Back & Arm karin.N	14:30 ~ 15:30 Hip & Leg Mai.M	
					15:00 ~ 16:00 Basic Mai.M	16:30 ~ 17:30 Body Balance karin.N	
	18:00 ~ 19:00 Back & Arm Kalia	18:00 ~ 19:00 Waist karin.N	18:00 ~ 19:00 Back & Arm karin.N	18:00 ~ 19:00 Pilates Cardio Kalia	17:30 ~ 18:30 Pilates Barre Karin.M		
	19:30 ~ 20:30 Pilates Cardio Kalia	19:30 ~ 20:30 Basic Mai.M	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg karin.N	19:30 ~ 20:30 Basic Karin.M			
	21:00 ~ 22:00 Waist karin.N	21:00 ~ 22:00 Back & Arm karin.N	21:00 ~ 22:00 Basic Meimi.S	21:00 ~ 22:00 Shape up waist Karin.M			

・休職可能レッスン
 ・クラスの曜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サイトまでご確認ください。
 ・ご予約されたレッスンをキャンセルされる場合は、1週間前迄にお申し立てください。
 ・レッスン開始時間1時間前迄のキャンセルが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。