

09/01	09/02	09/03	09/04	09/05	09/06	09/07	09/08
月	火	水	木	金	土	日	月
	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre nao.s	10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio yumeno	10:30 ~ 11:30 Body Balance Nene.Y	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Nanami.O	10:30 ~ 11:30 Pilates Workout nao.s	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Nene.Y	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre nao.s
	12:00 ~ 13:00 Animal Stretch yumeno	12:00 ~ 13:00 Shape up waist nao.s	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Rimi.Y	12:00 ~ 13:00 Waist Rimi.Y	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Nanami.O	12:00 ~ 13:00 Body Balance Nene.Y	12:00 ~ 13:00 Pilates Workout nao.s
	13:30 ~ 14:30 Waist nao.s	13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning yumeno	13:30 ~ 14:30 jump to burn Nene.Y	13:30 ~ 14:30 Basic Nanami.O	13:30 ~ 14:30 Shape up waist nao.s	13:30 ~ 14:30 Waist nao.s	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Nanami.O
	15:00 ~ 16:00 Advance yumeno		15:00 ~ 16:00 Basic Rimi.Y		15:00 ~ 16:00 Basic Rimi.Y	15:00 ~ 16:00 Leg Lines Nene.Y	
close					16:30 ~ 17:30 Pilates Barre nao.s	16:30 ~ 17:30 Shape up waist nao.s	
					18:00 ~ 19:00 Basic Nanami.O	18:00 ~ 19:00 Pilates Barre nao.s	
	18:00 ~ 19:00 Basic Nanami.O	18:00 ~ 19:00 Body Balance Nene.Y	18:00 ~ 19:00 Pilates Barre nao.s	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Rimi.Y	19:30 ~ 20:30 Waist Rimi.Y		18:00 ~ 19:00 Basic Nanami.O
	19:30 ~ 20:30 Leg Lines Nene.Y	19:30 ~ 20:30 Pilates Workout nao.s	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Nanami.O	19:30 ~ 20:30 jump to burn Nene.Y			19:30 ~ 20:30 Body Balance Nene.Y
	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Nanami.O	21:00 ~ 22:00 jump to burn Nene.Y	21:00 ~ 22:00 Shape up waist nao.s	21:00 ~ 22:00 Body Balance Nene.Y			21:00 ~ 22:00 jump to burn Nene.Y

09/09	09/10	09/11	09/12	09/13	09/14	09/15	09/16
火	水	木	金	土	日	月	火
10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Rimi.Y	10:30 ~ 11:30 Animal Stretch yumeno	10:30 ~ 11:30 Leg Lines Nene.Y	10:30 ~ 11:30 Basic Rimi.Y	10:30 ~ 11:30 Reset Flow Nene.Y	10:30 ~ 11:30 Advance yumeno	10:30 ~ 11:30 Hip Punch nao.s	10:30 ~ 11:30 Back & Spine ayaka
12:00 ~ 13:00 Shape up waist nao.s	12:00 ~ 13:00 Advance yumeno	12:00 ~ 13:00 Basic Nanami.O	12:00 ~ 13:00 Back & Arm Riko.M	12:00 ~ 13:00 Basic Rimi.Y	12:00 ~ 13:00 Waist nao.s	12:00 ~ 13:00 Basic 未定	12:00 ~ 13:00 Animal Stretch ayaka
13:30 ~ 14:30 Pilates Barre nao.s	13:30 ~ 14:30 Waist Rimi.Y	13:30 ~ 14:30 Body Balance Nene.Y	13:30 ~ 14:30 Waist Rimi.Y	13:30 ~ 14:30 Leg Lines Nene.Y	13:30 ~ 14:30 Pilates Barre nao.s	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Nanami.O	13:30 ~ 14:30 Waist ayaka
15:00 ~ 16:00 Basic Rimi.Y		15:00 ~ 16:00 Hip & Leg Nanami.O		15:00 ~ 16:00 Hip & Leg Rimi.Y	15:00 ~ 16:00 Back & Arm yumeno	15:00 ~ 16:00 Pilates Barre nao.s	15:00 ~ 16:00 Hip & Leg Nanami.O
				16:30 ~ 17:30 Basic Riko.M	16:30 ~ 17:30 Shape up waist nao.s	16:30 ~ 17:30 Waist 未定	
				18:00 ~ 19:00 Waist Rimi.Y	18:00 ~ 19:00 Pilates Cardio yumeno	18:00 ~ 19:00 Basic Nanami.O	
18:00 ~ 19:00 Leg Lines Nene.Y	18:00 ~ 19:00 Pilates Barre nao.s	18:00 ~ 19:00 Waist nao.s	18:00 ~ 19:00 jump to burn Nene.Y	19:30 ~ 20:30 Back & Arm Riko.M		19:30 ~ 20:30 Shape up waist nao.s	18:00 ~ 19:00 Basic Airi.K
19:30 ~ 20:30 Pilates Barre nao.s	19:30 ~ 20:30 Basic Rimi.Y	19:30 ~ 20:30 jump to burn Nene.Y	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Nene.Y				19:30 ~ 20:30 Hip Punch nao.s
21:00 ~ 22:00 Body Balance Nene.Y	21:00 ~ 22:00 Pilates Workout nao.s	21:00 ~ 22:00 Pilates Barre nao.s	21:00 ~ 22:00 Basic Riko.M				21:00 ~ 22:00 Pilates Barre nao.s

👉：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 刈ヶ谷錦糸町店 【 09/17 ~ 09/24 】 スケジュール

2025/09/15 更新

09/17	09/18	09/19	09/20	09/21	09/22	09/23	09/24
水	木	金	土	日	月	火	水
10:30 ~ 11:30 Back & Arm Nene.Y	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg yumeno	10:30 ~ 11:30 Waist Rina.f	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Nanami.O	10:30 ~ 11:30 Basic airi.m	10:30 ~ 11:30 Leg Lines Nene.Y	10:30 ~ 11:30 Pilates Workout nao.s	10:30 ~ 11:30 Basic yumeno
12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Nanami.O	12:00 ~ 13:00 Pilates Cardio ayaka	12:00 ~ 13:00 Power up Control ayaka	12:00 ~ 13:00 Basic Nanami.O	12:00 ~ 13:00 Hip Punch nao.s	12:00 ~ 13:00 Advance chinatsu	12:00 ~ 13:00 Basic Nanami.O	12:00 ~ 13:00 Back & Arm Nanami.O
13:30 ~ 14:30 Basic Nanami.O	13:30 ~ 14:30 Waist ayaka	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Nanami.O	13:30 ~ 14:30 Reset Flow Nene.Y	13:30 ~ 14:30 jump to burn Nene.Y	13:30 ~ 14:30 Body Balance chinatsu	13:30 ~ 14:30 Hip Punch nao.s	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Nanami.O
	15:00 ~ 16:00 Back & Spine ayaka		15:00 ~ 16:00 Pilates Workout nao.s	15:00 ~ 16:00 Reset Flow Nene.Y		15:00 ~ 16:00 Back & Arm Nanami.O	
			16:30 ~ 17:30 Body Balance Nene.Y	16:30 ~ 17:30 Hip & Leg airi.m		16:30 ~ 17:30 Waist 未定	
			18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Nene.Y	18:00 ~ 19:00 Shape up waist nao.s		18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Nanami.O	
18:00 ~ 19:00 Release&Strength ayaka	18:00 ~ 19:00 Back & Arm Nanami.O	18:00 ~ 19:00 Hip Punch nao.s	19:30 ~ 20:30 Hip Punch nao.s		18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Nanami.O	19:30 ~ 20:30 Basic 未定	18:00 ~ 19:00 Stretch & Conditioning yumeno
19:30 ~ 20:30 Reset Flow Nene.Y	19:30 ~ 20:30 jump to burn Nene.Y	19:30 ~ 20:30 Back & Arm nao.s			19:30 ~ 20:30 Pilates Workout nao.s		19:30 ~ 20:30 Back & Arm RIKO.M
21:00 ~ 22:00 Back & Spine ayaka	21:00 ~ 22:00 Leg Lines Nene.Y	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Nanami.O			21:00 ~ 22:00 Back & Arm Nanami.O		21:00 ~ 22:00 Pilates Cardio yumeno

pilates K 刈ヶ谷錦糸町店 【 09/25 ~ 09/30 】 スケジュール

2025/09/15 更新

09/25	09/26	09/27	09/28	09/29	09/30
木	金	土	日	月	火
10:30 ~ 11:30 Back & Arm Nanami.O	10:30 ~ 11:30 Shape up waist Airi.K	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg 未定	10:30 ~ 11:30 Reset Flow Nene.Y	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Nanami.O	10:30 ~ 11:30 Basic 未定
12:00 ~ 13:00 Waist yumeno	12:00 ~ 13:00 jump to burn Airi.K	12:00 ~ 13:00 Leg Lines Nene.Y	12:00 ~ 13:00 jump to burn Nene.Y	12:00 ~ 13:00 Body Balance Nene.Y	12:00 ~ 13:00 Back & Arm Nanami.O
13:30 ~ 14:30 Basic Nanami.O	13:30 ~ 14:30 Back & Arm Nanami.O	13:30 ~ 14:30 jump to burn Nene.Y	13:30 ~ 14:30 Basic MOMOKA.I	13:30 ~ 14:30 Basic Nanami.O	13:30 ~ 14:30 Waist 未定
15:00 ~ 16:00 Hip & Leg Misa.K		15:00 ~ 16:00 Waist 未定	15:00 ~ 16:00 Hip & Leg 未定		15:00 ~ 16:00 Hip & Leg Nanami.O
		16:30 ~ 17:30 Hip & Leg Nanami.O	16:30 ~ 17:30 Back & Arm MOMOKA.I		
		18:00 ~ 19:00 Reset Flow Nene.Y	18:00 ~ 19:00 Waist 未定		
18:00 ~ 19:00 jump to burn yumeno	18:00 ~ 19:00 Basic Nanami.O	19:30 ~ 20:30 Back & Arm Nanami.O		18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Nene.Y	18:00 ~ 19:00 Pilates Workout nao.s
19:30 ~ 20:30 Stretch & Conditioning yumeno	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg yumeno			19:30 ~ 20:30 Reset Flow Nene.Y	19:30 ~ 20:30 Leg Lines Nene.Y
21:00 ~ 22:00 Reset Flow Nene.Y	21:00 ~ 22:00 Waist yumeno			21:00 ~ 22:00 Back & Arm RIKO.M	21:00 ~ 22:00 Hip Punch nao.s

👉 : 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。