

pilates K 松山店

【 10/01 ~ 10/08 】 スケジュール

2025/09/16 更新

| 10/01   | 10/02                                     | 10/03   | 10/04                                     | 10/05   | 10/06 | 10/07   | 10/08                                     |
|---|---|---|---|---|-------|---|---|
| 水   | 木   | 金   | 土   | 日   | 月     | 火   | 水   |
| 10:30 ~ 11:30<br>Waist<br>Rin.T                     |   | 10:30 ~ 11:30<br>Stretch & Conditioning<br>mayuki.T | 10:30 ~ 11:30<br>Basic<br>mayuki.T        | 10:30 ~ 11:30<br>Stretch & Conditioning<br>mayuki.T | close | 10:30 ~ 11:30<br>Waist<br>Rin.T                     | 10:30 ~ 11:30<br>jump to burn<br>cocoro.f |
| 12:30 ~ 13:30<br>Pilates Cardio<br>cocoro.f         |   | 12:00 ~ 13:00<br>Hip & Leg<br>Kiho.t                | 12:00 ~ 13:00<br>jump to burn<br>cocoro.f | 12:30 ~ 13:30<br>Hip & Leg<br>Kiho.t                |       | 12:00 ~ 13:00<br>Stretch & Conditioning<br>mayuki.T | 12:30 ~ 13:30<br>Basic<br>Rin.T           |
|   |   | 13:30 ~ 14:30<br>Basic<br>mayuki.T                  | 13:30 ~ 14:30<br>Back & Arm<br>Kiho.t     | 14:30 ~ 15:30<br>Pilates Cardio<br>mayuki.T         |       | 13:30 ~ 14:30<br>Basic<br>Rin.T                     |   |
|   |   |   | 16:30 ~ 17:30<br>Waist<br>mayuki.T        | 16:30 ~ 17:30<br>Basic<br>Rin.T                     |       |   |   |
|   |   |   | 17:30 ~ 18:30<br>Hip & Leg<br>Kiho.t      |   |       |   |   |
| 17:30 ~ 18:30<br>Stretch & Conditioning<br>mayuki.T | 17:30 ~ 18:30<br>Basic<br>cocoro.f        | 17:30 ~ 18:30<br>jump to burn<br>cocoro.f           |   |   |       | 17:30 ~ 18:30<br>jump to burn<br>cocoro.f           | 17:30 ~ 18:30<br>Waist<br>mayuki.T        |
| 19:00 ~ 20:00<br>Basic<br>Rin.T                     | 19:00 ~ 20:00<br>Hip & Leg<br>Kiho.t      | 19:00 ~ 20:00<br>Back & Arm<br>Kiho.t               |   |   |       | 19:00 ~ 20:00<br>Hip & Leg<br>mayuki.T              | 19:00 ~ 20:00<br>Back & Arm<br>Kiho.t     |
| 20:30 ~ 21:30<br>Hip & Leg<br>mayuki.T              | 20:30 ~ 21:30<br>jump to burn<br>cocoro.f | 20:30 ~ 21:30<br>Basic<br>cocoro.f                  |   |   |       | 20:30 ~ 21:30<br>Basic<br>cocoro.f                  | 20:30 ~ 21:30<br>Hip & Leg<br>mayuki.T    |

pilates K 松山店

【 10/09 ~ 10/16 】 スケジュール

2025/09/16 更新

| 10/09                                       | 10/10   | 10/11   | 10/12                                       | 10/13 | 10/14   | 10/15   | 10/16                                 |
|---|---|---|---|-------|---|---|---------------------------------------|
| 木   | 金   | 土   | 日   | 月     | 火   | 水   | 木                                     |
|   | 10:30 ~ 11:30<br>Waist<br>Rin.T                     | 10:30 ~ 11:30<br>Stretch & Conditioning<br>cocoro.f | 10:30 ~ 11:30<br>Hip & Leg<br>Kiho.t        | close | 10:30 ~ 11:30<br>Back & Arm<br>Kiho.t               | 10:30 ~ 11:30<br>Basic<br>未確定                       |                                       |
|   | 12:00 ~ 13:00<br>Basic<br>Rin.T                     | 12:00 ~ 13:00<br>Hip & Leg<br>Kiho.t                | 12:30 ~ 13:30<br>Basic<br>mayuki.T          |       | 12:00 ~ 13:00<br>Basic<br>cocoro.f                  | 12:30 ~ 13:30<br>Pilates Cardio<br>mayuki.T         |                                       |
|   | 13:30 ~ 14:30<br>Back & Arm<br>Kiho.t               | 13:30 ~ 14:30<br>Basic<br>cocoro.f                  | 14:30 ~ 15:30<br>Back & Arm<br>Kiho.t       |       | 13:30 ~ 14:30<br>Hip & Leg<br>Kiho.t                |   |                                       |
|   |   | 15:00 ~ 16:00<br>Back & Arm<br>Kiho.t               | 16:30 ~ 17:30<br>Pilates Cardio<br>mayuki.T |       |   |   |                                       |
|   |   | 17:30 ~ 18:30<br>jump to burn<br>cocoro.f           |   |       |   |   |                                       |
| 17:30 ~ 18:30<br>Basic<br>Rin.T             | 17:30 ~ 18:30<br>Stretch & Conditioning<br>mayuki.T |   |   |       | 17:30 ~ 18:30<br>Basic<br>Rin.T                     | 17:30 ~ 18:30<br>jump to burn<br>cocoro.f           | 17:30 ~ 18:30<br>Hip & Leg<br>Kiho.t  |
| 19:00 ~ 20:00<br>Pilates Cardio<br>mayuki.T | 19:00 ~ 20:00<br>Hip & Leg<br>Kiho.t                |   |   |       | 19:00 ~ 20:00<br>Stretch & Conditioning<br>cocoro.f | 19:00 ~ 20:00<br>Waist<br>Rin.T                     | 19:00 ~ 20:00<br>Basic<br>未確定         |
| 20:30 ~ 21:30<br>Waist<br>Rin.T             | 20:30 ~ 21:30<br>Pilates Cardio<br>mayuki.T         |   |   |       | 20:30 ~ 21:30<br>Waist<br>Rin.T                     | 20:30 ~ 21:30<br>Stretch & Conditioning<br>cocoro.f | 20:30 ~ 21:30<br>Back & Arm<br>Kiho.t |

: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週間前までお問い合わせしております。  
 ・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 松山店

【 10/17 ~ 10/24 】

スケジュール

2025/09/16 更新

| 10/17                                     | 10/18   | 10/19                                     | 10/20 | 10/21                                     | 10/22  | 10/23                                  | 10/24   |
|---|---|---|-------|---|--|--|---|
| 金   | 土   | 日   | 月     | 火   | 水  | 木                                      | 金   |
| 10:30 ~ 11:30<br>Basic<br>未確定             | 10:30 ~ 11:30<br>Waist<br>Rin.T                     | 10:30 ~ 11:30<br>Basic<br>mayuki.T        | close | 10:30 ~ 11:30<br>Basic<br>未確定             | 10:30 ~ 11:30<br>Waist<br>Rin.T              |  | 10:30 ~ 11:30<br>Stretch & Conditioning<br>cocoro.f |
| 12:00 ~ 13:00<br>Waist<br>Rin.T           | 12:00 ~ 13:00<br>Back & Arm<br>Kiho.t               | 12:30 ~ 13:00<br>Waist<br>cocoro.f        |       | 12:00 ~ 13:00<br>Waist<br>Rin.T           | 12:00 ~ 13:00<br>Basic<br>未確定                |  | 12:00 ~ 13:00<br>Basic<br>未確定                       |
| 13:30 ~ 14:30<br>Basic<br>未確定             | 13:30 ~ 14:30<br>Stretch & Conditioning<br>mayuki.T | 14:30 ~ 15:30<br>Hip & Leg<br>mayuki.T    |       | 13:30 ~ 14:30<br>Basic<br>未確定             |  |  | 13:30 ~ 14:30<br>jump to burn<br>cocoro.f           |
|   | 15:30 ~ 16:30<br>Hip & Leg<br>Kiho.t                | 16:30 ~ 17:30<br>jump to burn<br>cocoro.f |       |   |  |  |   |
|   | 17:30 ~ 18:30<br>Pilates Cardio<br>mayuki.T         |   |       |   |  |  |   |
| 17:30 ~ 18:30<br>Back & Arm<br>Kiho.t     |   |   |       | 17:30 ~ 18:30<br>jump to burn<br>cocoro.f | 17:30 ~ 18:30<br>Hip & Leg<br>mayuki.T       | 17:30 ~ 18:30<br>Basic<br>未確定          | 17:30 ~ 18:30<br>Pilates Cardio<br>mayuki.T         |
| 19:00 ~ 20:00<br>jump to burn<br>cocoro.f |   |   |       | 19:00 ~ 20:00<br>Back & Arm<br>Kiho.t     | 19:00 ~ 20:00<br>Pilates Workout<br>cocoro.f | 19:00 ~ 20:00<br>Back & Arm<br>Kiho.t  | 19:00 ~ 20:00<br>Basic<br>Rin.T                     |
| 20:30 ~ 21:30<br>Hip & Leg<br>mayuki.T    |   |   |       | 20:30 ~ 21:30<br>Hip & Leg<br>cocoro.f    | 20:30 ~ 21:30<br>Back & Arm<br>Kiho.t        | 20:30 ~ 21:30<br>Hip & Leg<br>mayuki.T | 20:30 ~ 21:30<br>Waist<br>未確定                       |

pilates K 松山店

【 10/25 ~ 10/31 】

スケジュール

2025/09/16 更新

| 10/25                                 | 10/26                                 | 10/27 | 10/28                                 | 10/29   | 10/30                                 | 10/31  |   |
|---------------------------------------|---------------------------------------|-------|---------------------------------------|---|---------------------------------------|--|---|
| 土                                     | 日                                     | 月     | 火                                     | 水   | 木                                     | 金  |   |
| 10:30 ~ 11:30<br>Back & Arm<br>Kiho.t | 10:30 ~ 11:30<br>Waist<br>未確定         | close | 10:30 ~ 11:30<br>Hip & Leg<br>Kiho.t  | 10:30 ~ 11:30<br>Basic<br>未確定                       |                                       | 10:30 ~ 11:30<br>Back & Arm<br>Kiho.t        |   |
| 12:00 ~ 13:00<br>Waist<br>Rin.T       | 12:30 ~ 13:00<br>Hip & Leg<br>Kiho.t  |       | 12:00 ~ 13:00<br>Basic<br>未確定         | 12:00 ~ 13:00<br>Waist<br>未確定                       |                                       | 12:00 ~ 13:00<br>Pilates Workout<br>cocoro.f |   |
| 13:30 ~ 14:30<br>Hip & Leg<br>Kiho.t  | 14:30 ~ 15:30<br>Waist<br>未確定         |       | 13:30 ~ 14:30<br>Back & Arm<br>Kiho.t |   |                                       | 13:30 ~ 14:30<br>Basic<br>未確定                |   |
| 15:30 ~ 16:30<br>Basic<br>Rin.T       | 16:30 ~ 17:30<br>Back & Arm<br>Kiho.t |       |                                       |   |                                       |  |   |
| 17:30 ~ 18:30<br>Basic<br>Rin.T       |                                       |       |                                       |   |                                       |  |   |
|                                       |                                       |       |                                       | 17:30 ~ 18:30<br>Pilates Cardio<br>mayuki.T         | 17:30 ~ 18:30<br>Back & Arm<br>Kiho.t | 17:30 ~ 18:30<br>Hip & Leg<br>mayuki.T       | 17:30 ~ 18:30<br>Basic<br>Rin.T                     |
|                                       |                                       |       |                                       | 19:00 ~ 20:00<br>Waist<br>Rin.T                     | 19:00 ~ 20:00<br>Basic<br>Rin.T       | 19:00 ~ 20:00<br>Waist<br>未確定                | 19:00 ~ 20:00<br>Stretch & Conditioning<br>cocoro.f |
|                                       |                                       |       |                                       | 20:30 ~ 21:30<br>Stretch & Conditioning<br>mayuki.T | 20:30 ~ 21:30<br>Hip & Leg<br>Kiho.t  | 20:30 ~ 21:30<br>Basic<br>未確定                | 20:30 ~ 21:30<br>Pilates Cardio<br>mayuki.T         |

・休職可能レッスン  
 ・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サイトまでご確認ください。  
 ・ご予約されたレッスンをごキャンセルされる場合は、1週間前までにお申し込みをお願いします。  
 ・レッスン開始時間1週間前までのキャンセルは、初回分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。