

pilates K 春日店		【 09/01 ~ 09/08 】		スケジュール		2025/09/14	更新
09/01	09/02	09/03	09/04	09/05	09/06	09/07	09/08
月	火	水	木	金	土	日	月
close	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Mai.M	10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio Karin.M		10:30 ~ 11:30 Waist karin.N	10:30 ~ 11:30 Shape up waist Karin.M	10:30 ~ 11:30 Basic Mai.M	close
	12:00 ~ 13:00 Basic Mai.M	12:30 ~ 13:30 Back & Arm Kalia		12:00 ~ 13:00 Basic Mai.M	12:00 ~ 13:00 Basic Mai.M	12:30 ~ 13:30 Stretch & Conditioning Kalia	
	13:30 ~ 14:30 Pilates Barre Karin.M			13:30 ~ 14:30 Leg Lines karin.N	13:30 ~ 14:30 Back & Arm karin.N	14:30 ~ 15:30 Basic JUKA.W	
					15:00 ~ 16:00 Hip & Leg Mai.M	16:30 ~ 17:30 Pilates Cardio Kalia	
	18:00 ~ 19:00 Back & Arm karin.N	18:00 ~ 19:00 Body Balance karin.N	18:00 ~ 19:00 Release&Strength karin.N	18:00 ~ 19:00 Shape up waist Karin.M	17:30 ~ 18:30 Body Balance karin.N		
	19:30 ~ 20:30 Waist Karin.M	19:30 ~ 20:30 Basic Mai.M	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Mai.M	19:30 ~ 20:30 Basic Mai.M			
	21:00 ~ 22:00 Leg Lines karin.N	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Mai.M	21:00 ~ 22:00 Basic Mai.M	21:00 ~ 22:00 Pilates Cardio Karin.M			

pilates K 春日店		【 09/09 ~ 09/16 】		スケジュール		2025/09/14	更新
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 Basic Mai.M	10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning Kalia		10:30 ~ 11:30 Leg Lines karin.N	10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio Karin.M	10:30 ~ 11:30 Basic Mai.M	close	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Mai.M
12:00 ~ 13:00 Leg Lines Kalia	12:30 ~ 13:30 Pilates Barre Karin.M		12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Karin.M	12:00 ~ 13:00 Basic Mai.M	12:30 ~ 13:30 Leg Lines karin.N		12:00 ~ 13:00 Pilates Cardio Karin.M
13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Mai.M			13:30 ~ 14:30 Pilates Barre Karin.M	13:30 ~ 14:30 Shape up waist Karin.M	14:30 ~ 15:30 Basic Mai.M		13:30 ~ 14:30 Basic Mai.M
				15:00 ~ 16:00 Hip & Leg Mai.M	16:30 ~ 17:30 Back & Arm karin.N		
18:00 ~ 19:00 Release&Strength Kalia	18:00 ~ 19:00 Shape up waist Karin.M	18:00 ~ 19:00 Leg Lines karin.N	18:00 ~ 19:00 Back & Arm karin.N	17:30 ~ 18:30 Basic Mai.M			18:00 ~ 19:00 Leg Lines karin.N
19:30 ~ 20:30 Waist Karin.M	19:30 ~ 20:30 Waist karin.N	19:30 ~ 20:30 Pilates Barre Karin.M	19:30 ~ 20:30 Basic Kalia				19:30 ~ 20:30 Pilates Barre Karin.M
21:00 ~ 22:00 Pilates Cardio Karin.M	21:00 ~ 22:00 Back & Arm karin.N	21:00 ~ 22:00 Waist karin.N	21:00 ~ 22:00 Release&Strength karin.N				21:00 ~ 22:00 Back & Arm karin.N

:体験可能レッスン
・クラスの曜日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週間前までにお願ひしております。
・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。

pilates K 春日店

【 09/17 ~ 09/24 】 スケジュール

2025/09/14 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 karin.N		10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio Karin.M	10:30 ~ 11:30 Release&Strength karin.N	10:30 ~ 11:30 Back&Arm karin.N	close	10:30 ~ 11:30 Back&Arm Kalia	10:30 ~ 11:30 Hip&Leg Mai.M
12:30 ~ 13:30 Shape up waist Karin.M		12:00 ~ 13:00 Basic JUKA.W	12:00 ~ 13:00 Waist karin.N	12:30 ~ 13:30 Basic Mai.M		12:00 ~ 13:00 Pilates Barre Karin.M	12:30 ~ 13:30 Pilates Cardio Karin.M
		13:30 ~ 14:30 Shape up waist Karin.M	13:30 ~ 14:30 Pilates Barre Karin.M	14:30 ~ 15:30 Release&Strength karin.N		13:30 ~ 14:30 Waist Karin.M	
			15:00 ~ 16:00 Basic karin.N	16:30 ~ 17:30 Basic Mai.M		15:00 ~ 16:00 Basic Mai.M	
18:00 ~ 19:00 Waist Shiori.H	18:00 ~ 19:00 Basic kanako.t	18:00 ~ 19:00 Hip&Leg Mai.M	17:30 ~ 18:30 Pilates Cardio Karin.M			17:30 ~ 18:30 Leg Lines Kalia	18:00 ~ 19:00 Body Balance karin.N
19:30 ~ 20:30 Hip&Leg karin.N	19:30 ~ 20:30 Waist kanako.t	19:30 ~ 20:30 Back&Arm JUKA.W					19:30 ~ 20:30 Basic Mai.M
21:00 ~ 22:00 Basic Shiori.H	21:00 ~ 22:00 Body Balance karin.N	21:00 ~ 22:00 Basic Mai.M					21:00 ~ 22:00 Back&Arm karin.N

pilates K 春日店

【 09/25 ~ 10/01 】 スケジュール

2025/09/14 更新

09/25	09/26	09/27	09/28	09/29	09/30	10/01
木	金	土	日	月	火	水
	10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning Kalia	10:30 ~ 11:30 Basic Mai.M	10:30 ~ 11:30 Body Balance karin.N	close	10:30 ~ 11:30 Basic Mai.M	
	12:00 ~ 13:00 Basic Mai.M	12:00 ~ 13:00 Pilates Cardio Karin.M	12:30 ~ 13:30 Back&Arm karin.N		12:00 ~ 13:00 Waist Meimi.S	
	13:30 ~ 14:30 Pilates Cardio Kalia	13:30 ~ 14:30 Basic Mai.M	14:30 ~ 15:30 Shape up waist Karin.M		13:30 ~ 14:30 Hip&Leg Mai.M	
		15:00 ~ 16:00 Hip&Leg Mai.M	16:30 ~ 17:30 Leg Lines karin.N			
18:00 ~ 19:00 Basic Mai.M	18:00 ~ 19:00 Waist Karin.M	17:30 ~ 18:30 Pilates Barre Karin.M			18:00 ~ 19:00 Back&Arm karin.N	
19:30 ~ 20:30 Hip&Leg Mai.M	19:30 ~ 20:30 Basic Mai.M				19:30 ~ 20:30 Pilates Cardio Kalia	
21:00 ~ 22:00 Pilates Cardio Karin.M	21:00 ~ 22:00 Pilates Barre Karin.M				21:00 ~ 22:00 Body Balance karin.N	

・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週間前までにお願ひしております。
・レッスン開始時間1時間前まで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。