

pilates K 泉中央店		【 11/01 ~ 11/08 】		スケジュール		2025/10/14 更新			
11/01	11/02	11/03	11/04	11/05	11/06	11/07	11/08		
土	日	月	火	水	木	金	土		
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		
Hip&Leg	Release&Strength		Basic	Pilates Barre		Back&Arm	Body Balance		
Momoka.C	MIZUKI.t		Meiko.N	Mayu		Momoka.C	MIZUKI.t		
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		
Basic	Back&Arm		Stretch & Conditioning	Basic		Waist	Back&Arm		
Meiko.N	Momoka.C		Yuuna	Meiko.N		Meiko.N	Momoka.C		
13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		close	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	
Pilates Barre	Body Balance		Waist				Hip&Leg	Basic	
Mayu	MIZUKI.t		Meiko.N				Momoka.C	Mayu	
15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close				close	close	15:00 ~ 16:00
Back&Arm	Hip&Leg								Hip&Leg
Momoka.C	Momoka.C								Momoka.C
close	close								close
17:30 ~ 18:30									17:30 ~ 18:30
Stretch&Conditioning									Pilates Barre
Mayu									Mayu
close	close	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	close			
		Hip&Leg	Release&Strength	Basic	Stretch&Conditioning				
		Momoka.C	MIZUKI.t	Meiko.N	Mayu				
		19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00				
		jump to burn	Hip&Leg	Body Balance	Waist				
		MIZUKI.t	Momoka.C	MIZUKI.t	Meiko.N				
		20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30				
Back&Arm		jump to burn	Waist	Basic					
Momoka.C		MIZUKI.t	Meiko.N	Mayu					

pilates K 泉中央店		【 11/09 ~ 11/16 】		スケジュール		2025/10/14 更新								
11/09	11/10	11/11	11/12	11/13	11/14	11/15	11/16							
日	月	火	水	木	金	土	日							
10:30 ~ 11:30	close	close	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30							
Hip&Leg			Release&Strength		Basic	jump to burn	Waist							
Momoka.C			MIZUKI.t		Mayu	MIZUKI.t	Meiko.N							
12:30 ~ 13:30			12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30							
Release&Strength			Body Balance		Hip & Leg	Basic	jump to burn							
MIZUKI.t			MIZUKI.t		Momoka.C	Meiko.N	MIZUKI.t							
14:30 ~ 15:30			close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30							
Back&Arm					Pilates Barre	Hip & Leg	Basic							
Momoka.C					Mayu	Momoka.C	Meiko.N							
16:30 ~ 17:30					close		15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30						
jump to burn							Waist	Body Balance						
MIZUKI.t							Meiko.N	MIZUKI.t						
close							close	close						
							17:30 ~ 18:30							
							Back&Arm							
							未定							
17:30 ~ 18:30			17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	close									
Back&Arm			Stretch&Conditioning	jump to burn										
Momoka.C			Mayu	MIZUKI.t										
19:00 ~ 20:00			19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00										
Basic			Hip & Leg	Back&Arm										
Meiko.N			Meiko.N	Momoka.C										
20:30 ~ 21:30			20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30										
Waist			Basic	Body Balance										
Meiko.N			Mayu	MIZUKI.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 泉中央店

【 11/17 ~ 11/24 】

スケジュール

2025/10/14

更新

11/17	11/18	11/19	11/20	11/21	11/22	11/23	11/24	
月	火	水	木	金	土	日	月	
close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	
	Back&Arm	Hip&Leg		Pilates Barre	Stretch&Conditioning	Basic		
	未定	Momoka.C		Meiko.N	Mayu	Meiko.N		
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		
	Hip&Leg	Back&Arm		Waist	Pilates Barre	Back&Arm		
	Momoka.C	未定		Momoka.C	Meiko.N	Momoka.C		
	13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		
	Back&Arm			Basic	Pre Basic	Waist		
	Momoka.C			Meiko.N	Mayu	Meiko.N		
	close			close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		
					Back&Arm	Hip&Leg		
					Momoka.C	Momoka.C		
					close	close		
					17:30 ~ 18:30			Waist
					Meiko.N			
	17:30 ~ 18:30			17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30		close
	Waist	Pilates Barre		Release&Strength	Hip&Leg			
Meiko.N	Meiko.N	MIZUKI.t	Momoka.C					
19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00					
jump to burn	Pre Basic	Back&Arm	Pre Basic					
MIZUKI.t	Mayu	未定	Mayu					
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	close				
Basic	Waist	jump to burn	Back&Arm					
Meiko.N	Mayu	MIZUKI.t	未定					

pilates K 泉中央店

【 11/25 ~ 】

スケジュール

2025/10/14

更新

11/25	11/26	11/27	11/28	11/29	11/30	
火	水	木	金	土	日	
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
Hip&Leg	Back&Arm		Hip&Leg	Pilates Barre	Pre Basic	
Momoka.C	Momoka.C		Meiko.N	Meiko.N	Mayu	
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	
Back&Arm	Body Balance		Back&Arm	Pre Basic	jump to burn	
未定	MIZUKI.t		未定	Mayu	MIZUKI.t	
13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	
Waist			Basic	Waist	Hip&Leg	
Momoka.C			Meiko.N	Meiko.N	Momoka.C	
close			close	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30
					Body Balance	Release&Strength
					Mayu	MIZUKI.t
					close	close
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30		
Pre Basic	Pilates Barre	Back&Arm	Body Balance			
Mayu	Meiko.N	未定	MIZUKI.t			
19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	close	close	
Stretch&Conditioning	Back&Arm	Hip&Leg	Waist			
Mayu	未定	Momoka.C	Momoka.C			
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30			
Waist	Basic	Back&Arm	Release&Strength			
Meiko.N	Meiko.N	未定	MIZUKI.t			

・体験可能レッスン
・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週間前迄にお願ひしております。
・レッスン開始時間1時間前までのキャンセルは有料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。