

pilatesK 松山店

【 12/01 ~ 12/08 】 スケジュール

2025/11/11 更新

12/01	12/02	12/03	12/04	12/05	12/06	12/07	12/08
月	火	水	木	金	土	日	月
	10:30 ~ 11:30 Basic 🌱 cocoro.f	10:30 ~ 11:30 jump to burn cocoro.f		10:30 ~ 11:30 Waist spXmas 🌱 Mayu.F	10:30 ~ 11:30 Back & Arm 🌱 Akane.O	10:30 ~ 11:30 Waist spXmas 🌱 Rin.T	
	12:00 ~ 13:00 Waist spXmas 🌱 Mayu.F	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg 🌱 Rin.T		12:00 ~ 13:00 Back & Arm 🌱 Akane.O	12:00 ~ 13:00 Body Balance Rin.T	12:30 ~ 13:30 Basic 🌱 cocoro.f	
	13:30 ~ 14:30 Pilates Workout cocoro.f		close	13:30 ~ 14:30 Waist spXmas 🌱 Mayu.F	13:30 ~ 14:30 Back & Arm 🌱 Akane.O	14:30 ~ 15:30 Hip & Leg 🌱 Rin.T	
					15:00 ~ 16:00 Basic 🌱 Rin.T	16:30 ~ 17:30 jump to burn cocoro.f	
close	close	close		close	close		close
					17:30 ~ 18:30 Hip & Leg 🌱 Rin.T		
		17:30 ~ 18:30 Back & Arm 🌱 Akane.O	17:30 ~ 18:30 Pilates Cardio cocoro.f	17:30 ~ 18:30 Waist spXmas 🌱 Mayu.F	17:30 ~ 18:30 Basic 🌱 cocoro.f		
		19:00 ~ 20:00 Body Balance Rin.T	19:00 ~ 20:00 Waist spXmas 🌱 Mayu.F	19:00 ~ 20:00 Back & Arm 🌱 Akane.O	19:00 ~ 20:00 Pilates Workout cocoro.f	close	
		20:30 ~ 21:30 Hip & Leg 🌱 Rin.T	20:30 ~ 21:30 Basic 🌱 Rin.T	20:30 ~ 21:30 Waist spXmas 🌱 Mayu.F	20:30 ~ 21:30 Back & Arm 🌱 Akane.O		

pilatesK 松山店

【 12/09 ~ 12/16 】 スケジュール

12/09	12/10	12/11	12/12	12/13	12/14	12/15	12/16
火	水	木	金	土	日	月	火
10:30 ~ 11:30 Body Balance Rin.T	10:30 ~ 11:30 Basic 🌱 Rin.T		10:30 ~ 11:30 Basic 🌱 Mayu.F	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg 🌱 Rin.T	10:30 ~ 11:30 Back & Arm 🌱 Akane.O		10:30 ~ 11:30 Basic 🌱 Mayu.F
12:00 ~ 13:00 Hip & Leg 🌱 Rin.T	12:30 ~ 13:30 Waist spXmas 🌱 Mayu.F		12:00 ~ 13:00 jump to burn cocoro.f	12:00 ~ 13:00 Basic 🌱 Mayu.F	12:30 ~ 13:30 Body Balance Rin.T		12:00 ~ 13:00 Pilates Workout cocoro.f
13:30 ~ 14:30 Waist spXmas 🌱 Mayu.F		close	13:30 ~ 14:30 Basic 🌱 Mayu.F	13:30 ~ 14:30 Body Balance Rin.T	14:30 ~ 15:30 Back & Arm 🌱 Akane.O		13:30 ~ 14:30 Basic 🌱 Mayu.F
				15:00 ~ 16:00 Back & Arm 🌱 Akane.O	16:30 ~ 17:30 Hip & Leg 🌱 Rin.T		
close	close		close	close		close	close
				17:30 ~ 18:30 Basic 🌱 Mayu.F			
17:30 ~ 18:30 Basic 🌱 Rin.T	17:30 ~ 18:30 Body Balance Rin.T	17:30 ~ 18:30 Back & Arm 🌱 Akane.O	17:30 ~ 18:30 Pilates Cardio cocoro.f		close		17:30 ~ 18:30 Body Balance Rin.T
19:00 ~ 20:00 Waist spXmas 🌱 Mayu.F	19:00 ~ 20:00 Back & Arm 🌱 Akane.O	19:00 ~ 20:00 Hip & Leg 🌱 cocoro.f	19:00 ~ 20:00 Body Balance Rin.T	close			19:00 ~ 20:00 Back & Arm 🌱 Akane.O
20:30 ~ 21:30 Back & Arm 🌱 Akane.O	20:30 ~ 21:30 Pilates Workout cocoro.f	20:30 ~ 21:30 Stretch & Conditioning 🌱 cocoro.f	20:30 ~ 21:30 Waist spXmas 🌱 Rin.T				20:30 ~ 21:30 Hip & Leg 🌱 Rin.T

🌱：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。

pilatesK 松山店		【 12/17 ~ 12/24 】 スケジュール						2025/11/11 更新							
12/17		12/18		12/19		12/20		12/21		12/22		12/23		12/24	
水		木		金		土		日		月		火		水	
10:30 ~ 11:30		close		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		close		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	
Pilates Cardio				jump to burn		Basic 🍷		Hip & Leg 🍷				Waist spXmas 🍷		Body Balance	
cocoro.f				cocoro.f		Mayu.F		Rin.T				Mayu.F		Rin.T	
12:30 ~ 13:30				12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30				12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30	
Basic 🍷				Back & Arm 🍷		Stretch & Conditioning 🍷		Back & Arm 🍷				Basic 🍷		Waist spXmas 🍷	
Mayu.F		close		Akane.O		cocoro.f		Akane.O		close		Mayu.F		Mayu.F	
13:30 ~ 14:30				13:30 ~ 14:30		14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30							
Pilates Cardio				Back & Arm 🍷		Body Balance		Hip & Leg 🍷							
cocoro.f				Akane.O		Rin.T		Rin.T							
				15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30									
		close		Basic 🍷		Back & Arm 🍷				close					
Mayu.F				Akane.O											
				17:30 ~ 18:30											
				Pilates Workout											
cocoro.f															
17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30		close		close		17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30	
Back & Arm 🍷		Hip & Leg 🍷		Basic 🍷						Basic 🍷		Hip & Leg 🍷			
Akane.O		cocoro.f		Mayu.F						Mayu.F		Rin.T			
19:00 ~ 20:00		19:00 ~ 20:00		19:00 ~ 20:00						19:00 ~ 20:00		19:00 ~ 20:00			
Waist spXmas 🍷		Basic 🍷		Hip & Leg 🍷						Body Balance		Back & Arm 🍷			
Rin.T		Mayu.F		cocoro.f						Rin.T		Akane.O			
20:30 ~ 21:30		20:30 ~ 21:30		20:30 ~ 21:30						20:30 ~ 21:30		20:30 ~ 21:30		20:30 ~ 21:30	
Body Balance		jump to burn		Basic 🍷						Back & Arm 🍷		Basic 🍷			
Rin.T		cocoro.f		Mayu.F						Akane.O		Mayu.F			