

pilatesK 泉中央店

【 12/01 ~ 12/08 】 スケジュール

2025/11/14 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
close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close
	Body Balance	Basic 🌿		jump to burn	Back&Arm 🌿	Basic 🌿	
	MIZUKI.t	Mayu		MIZUKI.t	Ami.k	Meiko.N	
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	
	Waist spXmas 🌿	Stretch & Conditioning 🌿		Back & Arm 🌿	Body Balance	Hip & Leg 🌿	
	Mayu	Mayu		Ami.k	MIZUKI.t	MIZUKI.t	
	13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	
	Pre Basic 🌿			Release&Strength	Pilates Barre	Waist spXmas 🌿	
	Mayu			MIZUKI.t	Mayu	Meiko.N	
		close		close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	
					Hip & Leg 🌿	jump to burn	
					MIZUKI.t	MIZUKI.t	
					close		
				17:30 ~ 18:30	Release&Strength		
				Mayu			
	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	close	
Back &Arm 🌿	Hip & Leg 🌿	Back &Arm 🌿	Basic 🌿				
Ami.k	Meiko.N	Ami.k	Meiko.N				
19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00				
jump to burn	Back &Arm 🌿	Basic 🌿	Stretch & Conditioning 🌿				
MIZUKI.t	Ami.k	Meiko.N	Mayu				
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30				
Back &Arm 🌿	Pilates Barre	Hip & Leg 🌿	Waist spXmas 🌿				
Ami.k	Meiko.N	Meiko.N	Meiko.N				

pilatesK 泉中央店

【 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	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	
Release&Strength	Hip & Leg 🏊		Back & Arm 🏊	Pre Basic 🏊	Back & Arm 🏊		Waist spXmas 🏊	
MIZUKI.t	MIZUKI.t		Ami.k	Mayu	Ami.k		Meiko.N	
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	
Basic 🏊	Back & Arm 🏊		Basic 🏊	Stretch & Conditioning 🏊	jump to burn		Back & Arm 🏊	
Mayu	Ami.k		Meiko.N	Mayu	MIZUKI.t		Ami.k	
13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	
Hip & Leg 🏊			Back & Arm 🏊	Waist spXmas 🏊	Back & Arm 🏊		Basic 🏊	
MIZUKI.t			Ami.k	Meiko.N	Ami.k		Meiko.N	
close			close	close	15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30	close
					Back & Arm 🏊		Release&Strength	
					Ami.k		MIZUKI.t	
					close		close	
					17:30 ~ 18:30			
Meiko.N		close	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30				
Back & Arm 🏊			Back & Arm 🏊	Basic 🏊	Body Balance	Stretch & Conditioning 🏊		
Ami.k			Ami.k	Mayu	MIZUKI.t	Mayu		
19:00 ~ 20:00			19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00		
Pre Basic 🏊	Waist spXmas 🏊		jump to burn	Pilates Barre	Back & Arm 🏊			
Mayu	Mayu		MIZUKI.t	Meiko.N	Ami.k			
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	close	20:30 ~ 21:30			
Back & Arm 🏊	Stretch & Conditioning 🏊	Waist spXmas 🏊	Hip & Leg 🏊		Pre Basic 🏊			
Ami.k	Mayu	Mayu	MIZUKI.t		Mayu			

🟢：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。

pilatesK 泉中央店

【 12/17 ~ 12/24 】 スケジュール

2025/11/14 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			
Pre Basic 🌱		Back & Arm 🌱	Waist spXmas 🌱	jump to burn		Back & Arm 🌱	Basic 🌱			
Mayu		Ami.k	Yui	MIZUKI.t		Ami.k	Mayu			
12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00			
Hip & Leg 🌱		Stretch & Conditioning 🌱	Back & Arm 🌱	Basic 🌱		Body Balance	Back & Arm 🌱			
Meiko.N		Mayu	Ami.k	Meiko.N		MIZUKI.t	Ami.k			
close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		close	13:30 ~ 14:30	close		
		Back & Arm 🌱	Hip & Leg 🌱	Release&Strength			Back & Arm 🌱			
		Ami.k	Meiko.N	MIZUKI.t			Ami.k			
		close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30			close			
			Pilates Barre	Waist spXmas 🌱						
			Meiko.N	Meiko.N						
			close							
		17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30			17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30
		Back & Arm 🌱	Hip & Leg 🌱	jump to burn			close		Hip & Leg 🌱	Body Balance
		Ami.k	Momoka	Mayu					Meiko.N	MIZUKI.t
		19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00					19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00
Basic 🌱	Pilates Barre	Hip & Leg 🌱	Release&Strength	Waist spXmas 🌱						
Meiko.N	Meiko.N	MIZUKI.t	MIZUKI.t	Meiko.N						
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30						
Back & Arm 🌱	Waist spXmas 🌱	Release&Strength	Waist spXmas 🌱	jump to burn						
Ami.k	Momoka	MIZUKI.t	Meiko.N	MIZUKI.t						

pilatesK 泉中央店

【 12/25 ~ 12/31 】 スケジュール

12/25	12/26	12/27	12/28	12/29	12/30	12/31
木	金	土	日	月	火	水
close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	close	close
	Waist 🌱	Release&Strength	Hip & Leg 🌱			
	Meiko.N	Mayu	Meiko.N			
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30			
	Back & Arm 🌱	jump to burn	Waist 🌱			
	Ami.k	MIZUKI.t	Mayu			
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30			
	Pilates Barre	Basic 🌱	jump to burn			
	Meiko.N	Meiko.N	MIZUKI.t			
	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30			
		Body Balance	Basic 🌱			
		MIZUKI.t	Meiko.N			
		close				
	17:30 ~ 18:30					
	Hip & Leg 🌱					
	Meiko.N					
	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	close			
Back & Arm 🌱	Pre Basic 🌱					
Ami.k	Mayu					
19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00					
Body Balance	Back & Arm 🌱					
MIZUKI.t	Ami.k					
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30					
Back & Arm 🌱	Stretch & Conditioning 🌱					
Ami.k	Mayu					

🌱 : 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時間前迄を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。