

pilatesK 京都四条烏丸店

【 01/01 ~ 01/08 】 スケジュール

2026/01/03 更新

01/01	01/02	01/03	01/04	01/05	01/06	01/07	01/08
木	金	土	日	月	火	水	木
		10:30 ~ 11:30 Leg Lines	10:30 ~ 11:30 Basic		10:30 ~ 11:30 Hip & Leg	10:30 ~ 11:30 Basic	
		momo	momo		Rina	Seina	
		12:00 ~ 13:00 Basic	12:30 ~ 13:30 Pilates Workout		12:00 ~ 13:00 Basic	12:00 ~ 13:00 jump to burn	
		Rina	Manami.H		Manami.H	momo	
		13:30 ~ 14:30 Waist	14:30 ~ 15:30 Pilates Barre		13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning	13:30 ~ 14:30 Waist	
		Seina	momo		Rina	Seina	
		15:00 ~ 16:00 jump to burn	16:30 ~ 17:30 Back & Spine				
		momo	Manami.H				
		16:30 ~ 17:30 Hip & Leg					
Close	Close	Rina		Close	Close	Close	Close
		18:00 ~ 19:00 Basic			18:00 ~ 19:00 Pilates Cardio	18:00 ~ 19:00 Basic	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg
		Seina			Manami.H	Rina	Rina
					19:30 ~ 20:30 Waist	19:30 ~ 20:30 Pilates Workout	19:30 ~ 20:30 Reset Flow
					Seina	Manami.H	Manami.H
					21:00 ~ 22:00 Basic	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg	21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning
					Seina	Rina	Rina

pilatesK 京都四条烏丸店

【 01/09 ~ 01/16 】 スケジュール

01/09	01/10	01/11	01/12	01/13	01/14	01/15	01/16
金	土	日	月	火	水	木	金
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30
Waist	Pilates Barre	Hip & Leg		Basic	Back & Arm		Reset Flow
Rina	momo	Rina		Rina	Manami.H		Manami.H
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00
Body Balance	Waist	Pilates Cardio		jump to burn	Pilates Barre		Stretch & Conditioning
Ayu	Seina	Manami.H		momo	Ayu		Rina
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30
Basic	Pilates Workout	Basic		Waist	Pilates Workout		Back & Spine
Rina	Manami.H	Rina		Rina	Manami.H		Manami.H
Close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	Close	Close	Close	Close	Close
	Leg Lines	Back & Arm					
	momo	Manami.H					
	16:30 ~ 17:30						
	Basic						
	Seina						
	18:00 ~ 19:00						
	Back & Spine						
18:00 ~ 19:00	Manami.H						18:00 ~ 19:00
	Shape up waist						
	Ayu						
	19:30 ~ 20:30						
	jump to burn						
momo							19:30 ~ 20:30
21:00 ~ 22:00	Leg Lines						21:00 ~ 22:00
	momo						

・体験可能レッスン
・クラスの選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。

- ・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。

- ・ご予約されない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 京都四条烏丸店		【 01/17 ~ 01/24 】 スケジュール				2026/01/03 更新	
01/17	01/18	01/19	01/20	01/21	01/22	01/23	01/24
土	日	月	火	水	木	金	土
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Body Balance	Back & Spine		Pilates Workout	Leg Lines		Waist	Basic
Ayu	Manami.H		Luca	momo		Seina	Rina
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00
Shape up waist	Pilates Barre		Back & Arm	Pilates Cardio		Back & Spine	Body Balance
momo	momo		Manami.H	Manami.H		Manami.H	Ayu
13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30
Basic	Pilates Cardio		Pilates Barre	Waist		Basic	Leg Lines
Ayu	Manami.H		momo	Ayu		Seina	momo
15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00	Hip & Leg
Hip & Leg	Basic		Leg Lines	jump to burn			Rina
momo	momo		Manami.H	momo			16:30 ~ 17:30
16:30 ~ 17:30			16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30			Basic
Pilates Barre			Basic	Back & Arm			Ayu
Ayu			Luca	Manami.H			18:00 ~ 19:00
18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			Shape up waist
Leg Lines			Shape up waist	Pilates Barre			momo
momo			momo	Ayu			
					18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
					Waist	Stretch & Conditioning	
					Seina	Rina	
					19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
					Pilates Workout	Basic	
					Manami.H	momo	
					21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
					Basic	Hip & Leg	
					Seina	Rina	

pilatesK 京都四条烏丸店		【 01/25 ~ 01/31 】 スケジュール			
01/25	01/26	01/27	01/28	01/29	01/30
日	月	火	水	木	金
10:30 ~ 11:30	Close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	Close	10:30 ~ 11:30
Back & Arm		Body Balance	Pilates Barre		Hip & Leg
Manami.H		Ayu	momo		Ayu
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00
Basic		Reset Flow	Waist		Basic
Seina		Manami.H	Seina		Leg Lines
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30
Pilates Workout		Back & Arm	jump to burn		Body Balance
Manami.H		Ayu	momo		Ayu
16:30 ~ 17:30					15:00 ~ 16:00
Waist					jump to burn
Seina					momo
		Close	Close		16:30 ~ 17:30
					Waist
					Seina
					18:00 ~ 19:00
					Reset Flow
					Manami.H
		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
		Hip & Leg	Basic	Stretch & Conditioning	Shape up waist
		Rina	Seina	Rina	momo
		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
		jump to burn	Hip & Leg	Pilates Barre	Pilates Cardio
		momo	Rina	Ayu	Manami.H
		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
		Waist	Basic	Hip & Leg	Basic
		Rina	Rina	Rina	Manami.H

・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。
・ご予約された時間までキャンセルされる場合は、1時間前にご連絡をお願いしております。
・レッスン開始時間(時間前)を切ってのキャンセルは原則戻金が受け取れません。
※毎回外因キャンセルが月以上続くで、翌年の予約可能回数が0円に制限されます。