

pilatesK 松山店		【 01/01 ~ 01/08 】 スケジュール				2025/12/12 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	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
		Basic	Hip & Leg		Basic	Waist	
		Rin.T	Akane.O		Mayu.F	Rin.T	
		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	
		Back & Arm	Body Balance		Hip & Leg	Basic	
		Akane.O	Rin.T		Rin.T	Mayu.F	
		13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30		
		Waist	Back & Arm		Waist		
		Rin.T	Akane.O		Mayu.F		
		15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30				
		Hip & Leg	Basic				
		Akane.O	Rin.T				
close		~		close		close	
close		17:30 ~ 18:30	Body Balance	close		17:30 ~ 18:30	Hip & Leg
close		Rin.T		cocoro.f		cocoro.f	Rin.T
close				19:00 ~ 20:00		19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00
close				Back & Arm		Basic	Back & Arm
close				Akane.O		Mayu.F	Akane.O
close				20:30 ~ 21:30		20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30
close				Basic		Pilates Cardio	Waist
close				cocoro.f		cocoro.f	Rin.T

pilatesK 松山店		【 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
Basic	Hip & Leg	Basic		Body Balance	Pilates Cardio		Hip & Leg
Mayu.F	Akane.O	cocoro.f		Rin.T	cocoro.f		Rin.T
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00
jump to burn	Basic	Waist		Basic	Back & Arm		Back & Arm
cocoro.f	Mayu.F	Mayu.F		cocoro.f	Akane.O		Akane.O
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30
Basic	Back & Arm	Pilates Workout		Hip & Leg			Body Balance
Mayu.F	Akane.O	cocoro.f		Rin.T			Rin.T
15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30						
Waist	Back & Arm						
Mayu.F	Akane.O						
close		~		close		close	
close		17:30 ~ 18:30	Basic	close		close	
close		Mayu.F		17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30	Basic
close				Basic		Body Balance	
close				Mayu.F		Rin.T	
close				19:00 ~ 20:00		19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00
close				jump to burn		Waist	Hip & Leg
close				cocoro.f		Mayu.F	Akane.O
close				20:30 ~ 21:30		20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30
close				Waist		Hip & Leg	Waist
close				Mayu.F		Rin.T	Mayu.F

⌚: 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		【 01/17 ~ 01/24 】 スケジュール				2025/12/12 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
Basic 🌸	Back & Arm 🌸		Basic 🌸	Pilates Workout		Basic 🌸	Hip & Leg 🌸
cocoro.f	Akane.O		Mayu.F	cocoro.f		Mayu.F	Rin.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
Hip & Leg 🌸	Stretch & Conditioning 🌸		Waist 🌸	Basic 🌸		Hip & Leg 🌸	Basic 🌸
Rin.T	cocoro.f		cocoro.f	Mayu.F		Akane.O	Mayu.F
13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30
jump to burn	Back & Arm 🌸		Basic 🌸	Waist 🌸		Basic 🌸	Body Balance
cocoro.f	Akane.O		Mayu.F	cocoro.f		Mayu.F	Rin.T
15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00
Body Balance	Pilates Cardio		Back & Arm 🌸	Hip & Leg 🌸		Basic 🌸	
Rin.T	cocoro.f		Akane.O	Akane.O		Mayu.F	
~		close			close		~
17:30 ~ 18:30	Pilates Workout		16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30		17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30
cocoro.f			Pilates Cardio	Basic 🌸		Basic 🌸	
		close	cocoro.f	Mayu.F		Mayu.F	
			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
			Hip & Leg 🌸	Back & Arm 🌸		Hip & Leg 🌸	
			Akane.O	Akane.O		Akane.O	
close		close		close	close		close
			17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30
			Basic 🌸	Pilates Workout		Basic 🌸	
			cocoro.f	cocoro.f		cocoro.f	
			19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00		19:00 ~ 20:00	
			Body Balance	Stretch & Conditioning 🌸		Body Balance	
			Rin.T	cocoro.f		Rin.T	
			20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30		20:30 ~ 21:30	
			jump to burn	Back & Arm 🌸		jump to burn	
			cocoro.f	Akane.O		cocoro.f	

pilatesK 松山店		【 01/25 ~ 01/31 】				スケジュール
01/25	01/26	01/27	01/28	01/29	01/30	01/31
日	月	火	水	木	金	土
10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Waist		Hip & Leg	Basic		jump to burn	Stretch & Conditioning
Mayu.F		Akane.O	Mayu.F		cocoro.f	cocoro.f
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00
Pilates Cardio		Body Balance	Back & Arm		Body Balance	Back & Arm
cocoro.f		Rin.T	Akane.O		Rin.T	Akane.O
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close	close	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30
Basic		Back & Arm			Waist	Basic
Mayu.F		Akane.O			cocoro.f	Mayu.F
16:30 ~ 17:30		15:00 ~ 16:00			Hip & Leg	
jump to burn		Rin.T			~	
cocoro.f		17:30 ~ 18:30			Waist	
close		close			Mayu.F	
close		close				
17:30 ~ 18:30			17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30
jump to burn			Waist		Back & Arm	Basic
cocoro.f			Rin.T		Akane.O	Mayu.F
19:00 ~ 20:00			19:00 ~ 20:00		19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00
Waist			Pilates Cardio		Basic	Hip & Leg
Rin.T			cocoro.f		Mayu.F	Rin.T
20:30 ~ 21:30			20:30 ~ 21:30		20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30
Pilates Workout			Body Balance		Hip & Leg	Basic
cocoro.f			Rin.T		Akane.O	Mayu.F

■ 体験可能レッスン  
クラスの種類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時間前を切った翌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2回以上で、翌月の予約可能回数が1回に制限されます。