


pilatesK 春日店		【 02/01 ~ 02/08 】 スケジュール						2026/01/13 更新									
02/01		02/02		02/03		02/04		02/05		02/06		02/07		02/08			
日		月		火		水		木		金		土		日			
10:30 ~ 11:30		close		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 🌱		Pre Basic 🌱				Back & Arm 🌱		Basic 🌱		Waist 🌱			
Karin.N				Ayana.S		Karin.N				Ayana.S		Yuri		Meimi.S			
12:30 ~ 13:30				12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30				12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30			
Stretch & Conditioning 🌱				Basic 🌱		Waist 🌱				Release&Strength		Hip & Leg 🌱		Basic 🌱			
Karin.M				Yuri		Meimi.S				natsuki.s		Ayana.S		Yuri			
14:30 ~ 15:30				13:30 ~ 14:30		close				13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30		14:30 ~ 15:30			
Pre Basic 🌱				Pilates Barre						Hip & Leg 🌱		Pilates Cardio		Waist 🌱			
Karin.N				Ayana.S						Ayana.S		Karin.M		Meimi.S			
16:30 ~ 17:30				close						close		15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30			
Pilates Cardio		Back & Arm 🌱						Basic 🌱									
Karin.M		Ayana.S						Yuri									
close		close						close				close					
														17:30 ~ 18:30			
														Pilates Barre			
														Ayana.S			
		18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00						18:00 ~ 19:00		close	
		Basic 🌱				Leg Lines		Stretch & Conditioning 🌱						Waist 🌱			
		Yuri				Karin.N		natsuki.s						natsuki.s			
19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30											
Shape up waist		Pilates Barre		Waist 🌱		Basic 🌱											
Karin.M		Ayana.S		Karin.M		Yuri											
21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		close							
Reset Flow		Back & Arm 🌱		Basic 🌱		Shape up waist											
Karin.M		Ayana.S		natsuki.s		natsuki.s											

pilatesK 春日店		【 02/09 ~ 02/16 】 スケジュール						
02/09	02/10	02/11	02/12	02/13	02/14	02/15	02/16	
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	
	Pilates Barre	Waist 🌱		Basic 🌱	Waist 🌱	Leg Lines		
	Ayana.S	Mana.H		Yuri	Karin.N	Karin.N		
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		
	Hip & Leg 🌱	Pilates Cardio		Hip & Leg 🌱	Pilates Barre	Shape up waist		
	Ayana.S	Karin.M		Karin.M	Karin.M	Karin.M		
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		
	Basic 🌱	Basic 🌱		Basic 🌱	Back & Arm 🌱	Body Balance		
	Yuri	Yuri		Yuri	Karin.N	Karin.N		
	close	15:00 ~ 16:00		close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		
		Back & Arm 🌱			Leg Lines	Reset Flow		
		Mana.H			Karin.N	Karin.M		
		close			close	close		
		17:30 ~ 18:30			17:30 ~ 18:30			
		Hip & Leg 🌱			Pilates Cardio			
	Karin.M	Karin.M						
	18:00 ~ 19:00	close		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close		close
	Back & Arm 🌱			Hip & Leg 🌱	Reset Flow			
	Karin.N			Ayana.S	Karin.M			
	19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
	Basic 🌱			Release&Strength	Waist 🌱			
	Yuri			natsuki.s	natsuki.s			
	21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
	Leg Lines			Pilates Barre	Body Balance			
	Karin.N			Ayana.S	natsuki.s			

🌱：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 春日店		【 02/17 ~ 02/24 】 スケジュール						2026/01/13 更新
02/17	02/18	02/19	02/20	02/21	02/22	02/23	02/24	
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	
Leg Lines	Pre Basic 🍌		Stretch & Conditioning 🍌	Basic 🍌	Hip & Leg 🍌		Pre Basic 🍌	
Karin.N	Karin.N		Karin.M	Yuri	Karin.M		Karin.N	
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	
Pilates Cardio	Back & Arm 🍌		Pre Basic 🍌	Hip & Leg 🍌	Basic 🍌		Shape up waist	
Karin.M	Karin.N		Karin.N	Karin.M	Yuri		natsuki.s	
13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	
Hip & Leg 🍌			Reset Flow	Basic 🍌	Shape up waist		Leg Lines	
Karin.M			Karin.M	Yuri	Karin.M		Karin.N	
close			close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close	
				Pilates Cardio	Basic 🍌			
				Karin.M	Yuri			
				close				
				17:30 ~ 18:30				
Reset Flow								
Karin.M								
18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00
Shape up waist	Basic 🍌	Back & Arm 🍌	Release&Strength	Basic 🍌				
natsuki.s	Yuri	Karin.N	natsuki.s	Yuri				
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				
Pre Basic 🍌	Shape up waist	Waist 🍌	Leg Lines	Body Balance				
Karin.N	natsuki.s	natsuki.s	Karin.N	natsuki.s				
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				
Waist 🍌	Stretch & Conditioning 🍌	Hip & Leg 🍌	Waist 🍌	Basic 🍌				
natsuki.s	natsuki.s	Karin.N	natsuki.s	Yuri				

pilatesK 春日店		【 02/25 ~ 02/28 】 スケジュール	
02/25	02/26	02/27	02/28
水	木	金	土
10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Back & Arm 🇯🇵🇧🇷		Waist 🇯🇵🇧🇷	Leg Lines
Karin.N		Mana.H	Karin.N
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00
Hip & Leg 🇯🇵🇧🇷		Basic 🇯🇵🇧🇷	Body Balance
Karin.N		Yuri	natsuki.s
close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30
		Back & Arm 🇯🇵🇧🇷	Hip & Leg 🇯🇵🇧🇷
		Mana.H	Karin.M
		close	15:00 ~ 16:00
			Basic 🇯🇵🇧🇷
			Yuri
			close
			17:30 ~ 18:30
			Shape up waist
			natsuki.s
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close
Pilates Cardio	Hip & Leg 🇯🇵🇧🇷	Waist 🇯🇵🇧🇷	
Karin.M	Karin.M	Karin.M	
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
Basic 🇯🇵🇧🇷	Release&Strength	Pilates Cardio	
Yuri	Karin.N	Karin.M	
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
Reset Flow	Leg Lines	Basic 🇯🇵🇧🇷	
Karin.M	Karin.N	Yuri	

 : 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。