

pilatesK 京都四条烏丸店		【 02/01 ~ 02/08 】		スケジュール		2026/01/14 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	
jump to burn		Basic	Body Balance		Pilates Cardio	Waist	Basic	
momo.O		Rina.h	Ayu		Maiki.N	Rina.h	Manami.H	
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	
Basic		Pilates Barre	Leg Lines		Waist	Pilates Barre	Back&Arm	
Rina.h		Ayu	momo.O		Seina.K	momo.O	Maiki.N	
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	
Leg Lines		Back&Arm	Basic		Basic	Hip&Leg	Reset Flow	
momo.O		Rina.h	momo.O		Maiki.N	Manami.H	Manami.H	
16:30 ~ 17:30		Close	Close		Close	Close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30
Back&Arm							Basic	Pilates Cardio
Rina.h							Rina.h	Maiki.N
							16:30 ~ 17:30	
							jump to burn	
							momo.O	
							18:00 ~ 19:00	
							Back&Spine	
							Manami.H	
		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			
		Hip&Leg	jump to burn	Basic	Back&Spine			
		Ayu	Maiki.N	Manami.H	Manami.H			
		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
		Pilates Cardio	Shape up waist	Stretch&Conditioning	Leg Lines			
		Maiki.N	momo.O	Rina.h	momo.O			
		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
		Basic	Back&Arm	Waist	Reset Flow			
		Maiki.N	Maiki.N	Rina.h	Manami.H			

pilatesK 京都四条烏丸店		【 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	
	Back&Spine	Back&Arm		Reset Flow	Basic	Pilates Barre		
	Manami.H	Manami.H		Manami.H	Seina.K	Maiki.N		
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		
	jump to burn	Waist		Basic	Pilates Cardio	Waist		
	Maiki.N	Rina.h		Seina.K	Maiki.N	momo.O		
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		
	Waist	Reset Flow		Back&Spine	Leg Lines	Basic		
	Manami.H	Manami.H		Manami.H	momo.O	Maiki.N		
	Close	15:00 ~ 16:00		Close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		
		Basic			Basic	jump to burn		
		Maiki.N			Seina.K	momo.O		
		16:30 ~ 17:30			16:30 ~ 17:30			
		Stretch&Conditioning			Pilates Barre			
		Rina.h			Maiki.N			
		18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00			
		jump to burn			Shape up waist			
		Maiki.N			momo.O			
		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00				
		Pilates Barre	Body Balance	Waist				
		momo.O	Ayu	Seina.K				
		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				
		Hip&Leg	Pilates Barre	Basic				
		Rina.h	momo.O	Maiki.N				
	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				
	Basic		Hip&Leg	jump to burn				
	Rina.h		momo.O	Maiki.N				

・休職可能レッスン
・クラスの個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時間前まで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 京都四条烏丸店		【 02/17 ~ 02/24 】		スケジュール		2026/01/14 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
Hip&Leg	Waist		Basic	Hip&Leg	Leg Lines		Shape up waist
Mai.N	Mai.N		Maiki.N	Mai.N	momo.O		momo.O
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00
Stretch&Conditioning	Basic		jump to burn	Back&Spine	Stretch&Conditioning		Back&Arm
Rina.h	Mai.N		Maiki.N	Manami.H	Rina.h		Rina.h
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30
Basic	Pilates Cardio		Reset Flow	Pilates Barre	Shape up waist		Leg Lines
Mai.N	Manami.H		Manami.H	momo.O	momo.O		momo.O
Close	Close		Close	Close	15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30
		Waist			Hip&Leg		
		Rina.h			Rina.h		
		16:30 ~ 17:30					
		Pilates Cardio					
		Manami.H					
		18:00 ~ 19:00					
		Basic					
		Rina.h					
		18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
Waist	Back&Arm	Basic	Stretch&Conditioning	Basic			
Rina.h	Rina.h	Mai.N	Rina.h	Manami.H			
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
Leg Lines	Pilates Barre	jump to burn	Shape up waist	Waist			
Manami.H	Maiki.N	Maiki.N	momo.O			Mai.N	
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00
Back&Spine	Hip&Leg	Body Balance	Back&Arm			Pilates Cardio	
Manami.H	Rina.h	Mai.N	Rina.h				Manami.H

pilatesK 京都四条烏丸店		【 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
Basic		Pilates Cardio	Pilates Barre
Mai.N		Maiki.N	Maiki.N
12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00
Hip&Leg		Waist	Reset Flow
Rina.h		momo.O	Manami.H
13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30
Body Balance		Pilates Barre	Shape up waist
Mai.N		Maiki.N	momo.O
Close		Close	Close
	Basic		
	Maiki.N		
	16:30 ~ 17:30		
	Back&Arm		
	Rina.h		
	18:00 ~ 19:00		
Body Balance			
Ma.I.N			
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
jump to burn	Waist	Hip&Leg	
Maiki.N	Rina.h	Mai.N	
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
Reset Flow	Pilates Barre	Back&Spine	
Manami.H	Maiki.N	Manami.H	
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
Leg Lines	Stretch&Conditioning	Basic	
momo.O	Rina.h	Mai.N	

・体験可能レッスン
 ・クラスの曜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サイトまでご確認ください。
 ・ご予約されたレッスンをキャンセルされる場合は、1週間前迄にお願いたします。
 ・レッスン開始時刻1時間前迄の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。