

【 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		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30			
Back & Arm 🌸		Hip Punch	Back & Arm 🌸		Basic 🌸	jump to burn	Pilates Cardio		
Yuina		Yuina	CHIHARU.n		Yuina	miku.l	Yuina		
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	13:30 ~ 14:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		
Basic 🌸		Basic 🌸	Stretch & Conditioning 🌻		Waist 🌸	Basic 🌸	Hip & Leg 🌸		
TOWA.s		Yuina	CHIHARU.n		miku.l	Yuina	Misaki.Y		
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		
Shape up waist		Hip & Leg 🌸			Shape up waist	Waist 🌸	Basic 🌸		
Yuina		Misaki.Y			Yuina	miku.l	Yuina		
16:30 ~ 17:30					15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30			
Basic 🌸					Hip Punch	Back & Arm 🌸			
TOWA.s					Yuina		Misaki.Y		
					17:30 ~ 18:30				
					Basic 🌸				
					miku.l				
					18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		
		Basic 🌸	Waist 🌸	Back & Arm 🌸	Hip & Leg 🌸				
		miku.l	miku.l	Misaki.Y	Misaki.Y				
		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				
		Back & Arm 🌸	Hip & Leg 🌸	Pilates Cardio	Stretch & Conditioning 🌻				
		Misaki.Y	Misaki.Y	Yuina	miku.l				
		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				
		jump to burn	Basic 🌸	Hip & Leg 🌸	Back & Arm 🌸				
		miku.l	miku.l	Misaki.Y	Misaki.Y				

【 02/09 ~ 02/16 】 スケジュール								02/15	02/16
02/09	02/10	02/11	02/12	02/13	02/14	02/15	02/16		
月	火	水	木	金	土	日	月		
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30			10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30			
Waist 🌸		Basic 🌸		Hip & Leg 🌸	Basic 🌸	Hip & Leg 🌸			
miku.l		Yuina		Misaki.Y	Yuina	Misaki.Y			
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00			12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30			
Stretch & Conditioning 🌻	Waist 🌸			Back & Arm 🌸	Back & Arm 🌸	Basic 🌸			
Yuina	miku.l			Misaki.Y	Misaki.Y	miku.l			
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30			
Basic 🌸	Hip & Leg 🌸			Basic 🌸	Pilates Cardio	Back & Arm 🌸			
miku.l	Misaki.Y			Yuina	Yuina	Misaki.Y			
15:00 ~ 16:00	Stretch & Conditioning 🌻			15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30			
Yuina				Hip & Leg 🌸	jump to burn	Misaki.Y	miku.l		
		17:30 ~ 18:30			17:30 ~ 18:30				
		Back & Arm 🌸			Stretch & Conditioning 🌻				
		Misaki.Y			Yuina				
		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00				
		Pilates Cardio		Basic 🌸	Waist 🌸				
		Mirai.Y		miku.l	miku.l				
		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				
		Basic 🌸		Hip & Leg 🌸	Shape up waist				
		Yuina		Misaki.Y	Yuina				
		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				
		Waist 🌸		jump to burn	Basic 🌸				
		Yuina		miku.l	miku.l				

⌚ : 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 満の口店

【 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 10:30 ~ 11:30	水 10:30 ~ 11:30	木	金 10:30 ~ 11:30	土 Back & Arm	Stretch & Conditioning	日 Basic	月 10:30 ~ 11:30
Misaki.T	Yuina		Misaki.Y	miku.I	miku.I		Back & Arm
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		Misaki.Y
Pilates Cardio	Basic		Hip & Leg	Hip & Leg	Hip Punch		12:00 ~ 13:00
Misaki.T	Yuina		Misaki.Y	Misaki.Y	Yuina		Basic
13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30
Back & Arm			Waist	Basic	Waist		Hip & Leg
Misaki.Y			miku.I	miku.I	miku.I		Misaki.Y
				15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		
				Back & Arm	Basic		
				Misaki.Y	Yuina		
				17:30 ~ 18:30			
				jump to burn			
				miku.I			
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00
Waist	Basic	Stretch & Conditioning	Shape up waist				jump to burn
Amane.f	miku.I	miku.I	Yuina				miku.I
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30
Hip & Leg	jump to burn	Shape up waist	Basic				Waist
Misaki.Y	miku.I	Yuina	miku.I				Yuina
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00
Basic	Hip & Leg	Basic	Hip Punch				Stretch & Conditioning
Amane.f	Misaki.Y	miku.I	Yuina				Yuina

close

pilatesK 満の口店

【 02/25 ~ 02/28 】 スケジュール

02/25	02/26	02/27	02/28
水 10:30 ~ 11:30	木 10:30 ~ 11:30	金 10:30 ~ 11:30	土 Shape up waist
Waist		Shape up waist	Waist
Sena.K		Yuina	miku.I
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00
Back & Arm		Hip & Leg	Basic
Misaki.Y		Misaki.Y	Yuina
		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30
		Hip Punch	Stretch & Conditioning
		Yuina	miku.I
		15:00 ~ 16:00	Basic
			Yuina
		17:30 ~ 18:30	
		Pilates Cardio	
		Yuina	
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
Basic	Hip & Leg	Pilates Cardio	
miku.I	Misaki.Y	Mirai.Y	
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
Back & Arm	Basic	Hip & Leg	
Misaki.Y	Yuina	Misaki.Y	
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
Waist	Back & Arm	Basic	
miku.I	Misaki.Y	miku.I	

■ : 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。