

【 02/01 ~ 02/08 】 スケジュール								2026/01/14	更新
pilatesK 神保町	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	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Waist		Basic	Stretch & Conditioning		Release&Strength	Back & Arm	Basic		
Meimi.S		Meimi.S	natuki.s		Sazuki	Shiori.H	Shiori.H		
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30	
Basic		Pilates Barre	Back & Arm		jump to burn	Basic	Release&Strength		
Meimi.S		Mana.H	Shiori.H		Shiori.H	Meimi.S	natuki.s		
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		
Back & Arm		Waist			Hip & Leg	Waist	jump to burn		
Mana.H		Meimi.S			Sazuki	Meimi.S	Shiori.H		
16:30 ~ 17:30					15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30			
Pilates Barre					Basic	Stretch & Conditioning			
Mana.H					Shiori.H	natuki.s			
close		close		close		close		close	
18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			
jump to burn		Basic	Back & Arm	Waist					
Shiori.H		Shiori.H	Mana.H	Meimi.S					
19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
Back & Arm		Pilates Barre	Hip & Leg	Basic					
Mana.H		Mana.H	Sazuki	Meimi.S					
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		Waist	Basic	Back & Arm					
Shiori.H		Mana.H	Mana.H	Shiori.H					

【 02/09 ~ 02/16 】 スケジュール								02/15	02/16
pilatesK 神保町	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		close		close		close		close	
10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	
Back & Arm		jump to burn		Hip & Leg	Release&Strength	Basic			
Mana.H		Noa.m		Sazuki	natuki.s	Yuri.H			
12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30	
Basic		Waist		Basic	jump to burn	Hip & Leg			
Meimi.S		Meimi.S		Meimi.S	Shiori.H	Sazuki			
13:30 ~ 14:30		14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30		14:30 ~ 15:30	
Pilates Barre		Hip & Leg		Release&Strength	Stretch & Conditioning	Basic			
Mana.H		Noa.m		Sazuki	natuki.s	Yuri.H			
16:30 ~ 17:30				15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30			
Basic				Basic	Release&Strength				
Meimi.S				Shiori.H	Sazuki				
close		close		close		close		close	
18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00			
Hip & Leg				Waist	Pilates Barre				
Karin.M				Meimi.S	Mana.H				
19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30			
Basic				jump to burn	Back & Arm				
Meimi.S				Shiori.H	Shiori.H				
21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00			
Stretch & Conditioning				Basic	Basic				
Karin.M				Meimi.S	Mana.H				

⌚ : 体験可能なレッスン  
 ・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 神保町		【 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	月	火
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			10:30 ~ 11:30	
Pilates Barre	Waist		Release&Strength	jump to burn	Back & Arm			Basic	
Mana.H	Meimi.S		Sazuki	Shiori.H	Mana.H			未確定	
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30			12:00 ~ 13:00	
Waist	Hip & Leg		Waist	Basic	Basic			Waist	
Shiori.H	Sazuki		Meimi.S	Mana.H	Meimi.S			Meimi.S	
13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30			13:30 ~ 14:30	
Basic			Hip & Leg	Back & Arm	Pilates Barre			Basic	
Mana.H			Sazuki	Shiori.H	Mana.H			未確定	
close	close	close	close	close	close	close	close	close	close
18:00 ~ 19:00	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	Hip & Leg	jump to burn	Back & Arm					Basic	
Meimi.S	Sazuki	Shiori.H	Mana.H					Meimi.S	
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30	
Back & Arm	Basic	Waist	Basic					Hip & Leg	
Mana.H	Meimi.S	Meimi.S	Meimi.S					Sazuki	
21:00 ~ 22:00	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	Release&Strength	Basic	Pilates Barre					Release&Strength	
Meimi.S	Sazuki	Shiori.H	Mana.H					Sazuki	

pilatesK 神保町		【 02/25 ~ 02/28 】 スケジュール						
02/25	02/26	02/27	02/28	土	日	月	火	
水	木	金						
10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30					
Waist		Stretch & Conditioning	Basic					
Meimi.S		natuki.s	Shiori.H					
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00					
Stretch & Conditioning		Basic	Back & Arm					
natuki.s		Shiori.H	Mana.H					
close	close	close	close	close	close	close	close	
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00					
jump to burn	Hip & Leg	Release&Strength						
Shiori.H	Sazuki	Sazuki						
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30					
Back & Arm	Basic	Hip & Leg						
Mana.H	Meimi.S	Sazuki						
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00					
Basic	Release&Strength	Back & Arm						
Shiori.H	Sazuki	Mana.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。