



pilatesK 神保町		【 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			
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			
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		close				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				close						close		15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30			
Pilates Barre		Basic 🏋️						Stretch & Conditioning 🏋️									
Mana.H		Shiori.H						natuki.s									
close		close						close				close					
								17:30 ~ 18:30									
								jump to burn									
								Shiori.H									
						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							
				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											
Basic 🏋️		Waist 🏋️		Basic 🏋️		Back & Arm 🏋️											
Shiori.H		Mana.H		Mana.H		Shiori.H											

pilatesK 神保町		【 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 & 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		
	close	16:30 ~ 17:30		close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		
		Basic 🍌			Basic 🍌	Release&Strength		
		Meimi.S			Shiori.H	Sazuki		
		close			close			
		17:30 ~ 18:30			Back & Arm 🍌			
		Shiori.H						
	18:00 ~ 19:00	close		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close		close
	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週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		
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		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	close		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	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close		
				Basic 🍌	Waist 🍌				
				Mana.H	Meimi.S				
				close	close				
				17:30 ~ 18:30					
Waist 🍌									
18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		close	close	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
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					
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
水	木	金	土
10:30 ~ 11:30	close	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		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30
		Waist 🌿	jump to burn
		natuki.s	Shiori.H
		close	15:00 ~ 16:00
			Basic 🌿
			Mana.H
			close
			17:30 ~ 18:30
			Pilates Barre
			Mana.H
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close
jump to burn	Hip & Leg 🌿	Release&Strength	
Shiori.H	Sazuki	Sazuki	
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	
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。