

pilatesK 京都四条烏丸店		【 03/01 ~ 03/08 】		スケジュール		2026/02/15 更新		
03/01	03/02	03/03	03/04	03/05	03/06	03/07	03/08	
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	
Basic		Stretch & Conditioning	Pilates Barre		Back & Spine	Waist	Pilates Barre	
Mai.N		Rina.h	Maiki.N		Manami.H	momo.O	Maiki.N	
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30
jump to burn		Shape up waist	Hip & Leg		Basic	Back & Spine	Stretch & Conditioning	
momo.O		Mai.N	Mai.N		Maiki.N	Manami.H	Rina.h	
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30
Waist		Back & Arm	Basic		Pilates Cardio	Basic	Hip & Leg	
Mai.N		Rina.h	Maiki.N		Manami.H	Maiki.N	Mai.N	
16:30 ~ 17:30		close	close		close	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30
Hip & Leg							Advance	jump to burn
momo.O							momo.O	Rina.h
							16:30 ~ 17:30	
							Hip & Leg	
							Maiki.N	
							18:00 ~ 19:00	
							Pilates Cardio	
							Manami.H	
		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			
		Pilates Cardio	Back & Spine	Basic	Back & Arm			
		Manami.H	Manami.H	Rina.h	Rina.h			
		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
		Hip & Leg	Advance	Body Balance	jump to burn			
		Maiki.N	momo.O	Mai.N	momo.O			
		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
		Back & Spine	Pilates Cardio	Hip & Leg	Stretch & Conditioning			
		Manami.H	Manami.H	Rina.h	Rina.h			

pilatesK 京都四条烏丸店		【 03/09 ~ 03/16 】		スケジュール				
03/09	03/10	03/11	03/12	03/13	03/14	03/15	03/16	
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		Pilates Barre	Basic	Hip&Leg		
	Maiki.N	momo.O		momo.O	Maiki.N	momo.O		
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		
	Advance	Basic		Waist	jump to burn	Shape up waist		
	momo.O	Maiki.N		Mai.N	momo.O	Mai.N		
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		
	Basic	Waist		Advance	Body Balance	Advance		
	Maiki.N	momo.O		momo.O	Mai.N	momo.O		
	close	close		close	close	15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30
						Pilates Cardio		Basic
						Maiki.N		Mai.N
						16:30 ~ 17:30		
						Basic		
						momo.O		
						18:00 ~ 19:00		
						Back&Arm		
						Mai.N		
	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			
	Waist	Pilates Barre		Hip&Leg	Body Balance			
	momo.O	Maiki.N		momo.O	Mai.N			
	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
	Body Balance	Basic		Pilates Cardio	Hip&Leg			
	Mai.N	Mai.N		Maiki.N	Maiki.N			
	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
	Basic	Shape up waist		Advance	jump to burn			
	Mai.N	Mai.N		momo.O	Maiki.N			

・休職可能レッスン
 ・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週間前までにお申し込みしております。
 ・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		【 03/17 ~ 03/24 】		スケジュール		2026/02/15 更新	
03/17	03/18	03/19	03/20	03/21	03/22	03/23	03/24
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
jump to burn	Body Balance		jump to burn	Waist	Pilates Cardio		Back&Arm
momo.O	Mai.N		Maiki.N	Mai.N	Maiki.N		未定
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00
Basic	Hip&Leg		Shape up waist	Pilates Cardio	Back&Arm		Hip&Leg
Mai.N	momo.O		momo.O	Maiki.N	未定		momo.O
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30
Waist	Basic		Basic	jump to burn	Basic		Back&Arm
momo.O	Mai.N		Maiki.N	momo.O	Maiki.N		未定
close	close		15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close
			Back&Arm	Body Balance	Back&Arm		
			未定	Mai.N	未定		
			16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30			
			Pilates Barre	Basic			
			momo.O	Maiki.N			
			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			
			Body Balance	Back&Arm			
			Mai.N	未定			
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00	
Basic	Waist	Back&Arm				Advance	
Mai.N	momo.O	未定				momo.O	
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30	
Back&Arm	Pilates Cardio	Basic				Waist	
Maiki.N	Maiki.N	Mai.N				Mai.N	
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	
Pilates Barre	Basic	Body Balance				Body Balance	
Maiki.N	Maiki.N	Mai.N				Mai.N	

pilatesK 京都四条烏丸店		【 03/25 ~ 03/31 】			スケジュール	
03/25	03/26	03/27	03/28	03/29	03/30	03/31
水	木	金	土	日	月	火
10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30
Waist		Shape up waist	Body Balance	jump to burn		Pilates Cardio
Mai.N		Mai.N	Mai.N	momo.O		Maiki.N
12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00
Back&Arm		jump to burn	Back&Arm	Basic		Back&Arm
未定		momo.O	未定	Maiki.N		未定
13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30
Body Balance		Hip&Leg	jump to burn	Back&Arm		Hip&Leg
Mai.N		Mai.N	Maiki.N	未定		Maiki.N
close		close	close	15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30
	Basic			Waist		
	Mai.N			momo.O		
	16:30 ~ 17:30					
	Back&Arm					
	未定					
	18:00 ~ 19:00					
	Pilates Cardio					
	Maiki.N					
	18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
Hip&Leg	jump to burn	Basic			Basic	
Maiki.N	momo.O	Maiki.N			Mai.N	
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30	
Pilates Barre	Hip&Leg	Back&Arm			Shape up waist	
momo.O	Maiki.N	未定			momo.O	
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00	
Pilates Cardio	Advance	Pilates Cardio			Waist	
Maiki.N	momo.O	Maiki.N			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。
・レッスン開始時間1時間前迄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。