

pilatesK 新潟店		【 03/01 ~ 03/08 】		スケジュール		2026/02/14 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						
Pilates Cardio		Hip & Leg 🌱	Waist 🌱		Body Balance	Hip & Leg 🌱	Basic 🌱						
Aoi.N		anna.S	anna.S		Aoi.N	anna.S	Aika.S						
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30						
Back & Arm 🌱		Waist 🌱	jump to burn		Hip & Leg 🌱	Pilates Cardio	Waist 🌱						
anna.S		インストラクター未確定	Aika.S		anna.S	Aoi.N	インストラクター未確定						
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30						
Hip & Leg 🌱		Basic 🌱			Back & Arm 🌱	Basic	Back & Arm						
Aoi.N		anna.S			Aoi.N	anna.S	Aika.S						
16:30 ~ 17:30		close			close	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30					
Basic 🌱							Hip & Leg 🌱	Waist 🌱					
anna.S							Aoi.N	インストラクター未確定					
close							close	close	close	17:30 ~ 18:30	close		
										Waist 🌱			
										インストラクター未確定			
										18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
			Basic 🌱							Pilates Cardio		Hip & Leg 🌱	Back & Arm 🌱
			Aika.S							Aoi.N		Aika.S	Aika.S
			19:30 ~ 20:30							19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
		Waist 🌱	Basic 🌱		Waist 🌱	Basic 🌱							
	インストラクター未確定	Aoi.N	インストラクター未確定	anna.S									
	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00									
Back & Arm 🌱	Waist 🌱	Basic 🌱	Stretch & Conditioning 🌱										
Aika.S	インストラクター未確定	Aika.S	Aika.S										

- ※ 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時間前を切つ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 新潟店		【 03/17 ~ 03/24 】 スケジュール					2026/02/14 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	
Back & Arm 🌱	Waist 🌱		Basic 🌱	Waist 🌱	Back & Arm 🌱		Basic 🌱	
Aika.S	インストラクター未確定		anna.S	インストラクター未確定	Aika.S		Aoi.N	
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	
Body Balance	Basic 🌱		Pilates Cardio	Back & Arm 🌱	Basic 🌱		Waist 🌱	
Aoi.N	anna.S		Aoi.N	anna.S	anna.S		インストラクター未確定	
13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	
jump to burn			Back & Arm 🌱	Basic 🌱	Waist 🌱		Back & Arm 🌱	
Aika.S			anna.S	Aika.S	インストラクター未確定		Aoi.N	
close			close	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30	close
				Pre Basic	Hip & Leg 🌱		Body Balance	
				Aoi.N	anna.S		anna.S	
				17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30		close	
				Hip & Leg 🌱	jump to burn			
anna.S			Aika.S					
close			close	close				
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	18:00 ~ 19:00				
Back & Arm 🌱	Waist 🌱	Back & Arm 🌱		Stretch & Conditioning 🌱				
anna.S	インストラクター未確定	Aoi.N		Aika.S				
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30				
Waist 🌱	Hip & Leg 🌱	Waist 🌱		Waist 🌱				
インストラクター未確定	Aoi.N	インストラクター未確定		インストラクター未確定				
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00				
Stretch & Conditioning 🌱	Body Balance	Pilates Cardio		Basic 🌱				
anna.S	Aoi.N	Aoi.N		Aika.S				

pilatesK 新潟店		【 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
jump to burn		Back & Arm 🌱	jump to burn	Pre Basic		Waist 🌱
Aika.S		anna.S	Aika.S	Aoi.N		インストラクター未確定
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00
Body Balance		Waist 🌱	Basic 🌱	Hip & Leg 🌱		Basic 🌱
Aoi.N		インストラクター未確定	Aoi.N	Aika.S		Aika.S
close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30
		Basic 🌱	Waist 🌱	Pilates Cardio		Waist 🌱
		anna.S	インストラクター未確定	Aoi.N		インストラクター未確定
		close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close
			Back & Arm 🌱	Basic 🌱		
			Aika.S	Aika.S		
			17:30 ~ 18:30			
			Waist 🌱			
			インストラクター未確定			
18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close		18:00 ~ 19:00
Waist 🌱		Basic 🌱	Back & Arm 🌱			Hip & Leg 🌱
インストラクター未確定		anna.S	Aoi.N			Aika.S
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
Basic 🌱	Waist 🌱	jump to burn	Body Balance			
anna.S	インストラクター未確定	Aika.S	Aoi.N			
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
Waist 🌱	Body Balance	Hip & Leg 🌱	jump to burn			
インストラクター未確定	anna.S	Aoi.N		Aika.S		

🌱 : 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時間前を切つ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に1回に制限されます。