

pilatesK 札幌駅前店		【 02/01 ~ 02/08 】 スケジュール						2026/02/01 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				
Hip & Leg 🏋️		Basic 🏋️	Back & Arm 🏋️		Waist 🏋️	Hip & Leg 🏋️	Basic 🏋️				
izumi.y		Yurika.O	izumi.y		Ami.O	izumi.y	Ami.O				
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30				
Waist 🏋️		Stretch & Conditioning 🏋️	jump to burn		Hip & Leg 🏋️	Basic 🏋️	Back & Arm 🏋️				
Masumi.m		Masumi.m	Ami.O		izumi.y	Masumi.m	izumi.y				
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30				
Release&Strength		Basic 🏋️			Basic 🏋️	Back & Arm 🏋️	jump to burn				
Masumi.m		Yurika.O			Ami.O	izumi.y	Ami.O				
16:30 ~ 17:30		close			close	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30			
Basic 🏋️							Waist 🏋️	Hip & Leg 🏋️			
Yurika.O							Masumi.m	izumi.y			
close							close	close	close	close	close
										17:30 ~ 18:30	
										Release&Strength	
										Masumi.m	
	18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00						18:00 ~ 19:00	
	Basic 🏋️		Hip & Leg 🏋️	Stretch & Conditioning 🏋️						Release&Strength	
	Ami.O		Masumi.m	Asuka.K						Masumi.m	
	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30							
	Hip & Leg 🏋️	Basic 🏋️	Back & Arm 🏋️	Basic 🏋️							
	Masumi.m	Yurika.O	izumi.y	Yurika.O							
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00								
Back & Arm 🏋️	Waist 🏋️	Pilates Barre	Waist 🏋️								
Ami.O	Masumi.m	Asuka.K	Masumi.m								

pilatesK 札幌駅前店		【 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	
	Basic 🌿	Basic 🌿		Stretch & Conditioning 🌿	jump to burn	Waist 🌿		
	Yurika.O	Yurika.O		Masumi.m	Ami.O	Masumi.m		
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		
	Hip & Leg 🌿	Pilates Barre		Basic 🌿	Back & Arm 🌿	Basic 🌿		
	izumi.y	Mizuki.S		Yurika.O	Ami.O	Yurika.O		
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		
	Basic 🌿	jump to burn		Hip & Leg 🌿	Basic 🌿	Release&Strength		
	Yurika.O	Ami.O		Masumi.m	Yurika.O	Masumi.m		
	close	15:00 ~ 16:00		close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		
		Waist 🌿			Hip & Leg 🌿	Basic 🌿		
		Mizuki.S			Ami.O	Yurika.O		
		close			close	close		
		17:30 ~ 18:30			17:30 ~ 18:30			
	Basic 🌿	Basic 🌿						
	Yurika.O	Yurika.O						
	18:00 ~ 19:00	close	18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	close		close
	Waist 🌿		Back & Arm 🌿		jump to burn			
	Ami.O		izumi.y		Ami.O			
	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30			
	Back & Arm 🌿		Release&Strength		Back & Arm 🌿			
	izumi.y		Masumi.m		izumi.y			
	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				
	jump to burn	Hip & Leg 🌿	Hip & Leg 🌿					
	Ami.O	izumi.y	Ami.O					

🟢：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。

pilatesK 札幌駅前店

【 02/17 ~ 02/24 】 スケジュール

2026/02/01 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	
jump to burn	Back & Arm 🏋️		Basic 🏋️	Hip & Leg 🏋️	Release&Strength		Pilates Barre	
Ami.O	izumi.y		Yurika.O	izumi.y	Masumi.m		Mizuki.S	
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	
Back & Arm 🏋️	Basic 🏋️		Hip & Leg 🏋️	Pilates Barre	Back & Arm 🏋️		Waist 🏋️	
izumi.y	Ami.O		izumi.y	Mizuki.S	izumi.y		Ami.O	
13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	
Waist 🏋️			Back & Arm 🏋️	Back & Arm 🏋️	Waist 🏋️		Basic 🏋️	
Ami.O			izumi.y	izumi.y	Masumi.m		Mizuki.S	
close			close	close	15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30	close
					Basic 🏋️		Hip & Leg 🏋️	
					Mizuki.S		izumi.y	
					close			
					17:30 ~ 18:30			
jump to burn								
Mizuki.S								
18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		close	18:00 ~ 19:00
Basic 🏋️			Basic 🏋️	Hip & Leg 🏋️	Hip & Leg 🏋️			Back & Arm 🏋️
Yurika.O			Yurika.O	Ami.O	Ami.O			Ami.O
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				
Hip & Leg 🏋️	Waist 🏋️	Basic 🏋️	Basic 🏋️	Basic 🏋️				
izumi.y	Ami.O	Yurika.O	Yurika.O	Yurika.O				
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00			
Back & Arm 🏋️	jump to burn	Waist 🏋️	jump to burn		Hip & Leg 🏋️			
izumi.y	Ami.O	Ami.O	Ami.O		Ami.O			

pilatesK 札幌駅前店

【 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
Stretch & Conditioning 🌿		Hip & Leg 🌿	Basic 🌿
Masumi.m		Masumi.m	Masumi.m
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00
Back & Arm 🌿		jump to burn	Waist 🌿
izumi.y		Ami.O	Ami.O
close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30
		Basic 🌿	Hip & Leg 🌿
		Masumi.m	izumi.y
		close	15:00 ~ 16:00
			Back & Arm 🌿
			izumi.y
			close
			17:30 ~ 18:30
			Release&Strength
			Masumi.m
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close
Basic 🌿	Pilates Barre	Back & Arm 🌿	
Yurika.O	Mizuki.S	izumi.y	
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
jump to burn	Waist 🌿	Stretch & Conditioning 🌿	
Ami.O	Mizuki.S	Masumi.m	
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
Basic 🌿	Basic 🌿	Hip & Leg 🌿	
Yurika.O	Yurika.O	izumi.y	

🌱 : 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。