

pilatesK 柏店

【 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 Hip Punch Kanoka	close	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Akari	10:30 ~ 11:30 Body Balance Kanoka	close	10:30 ~ 11:30 Shape up waist ayu.s	10:30 ~ 11:30 Body Balance Sayoko	10:30 ~ 11:30 Waist Momoka.O										
12:30 ~ 13:30 Waist ayu.s		12:00 ~ 13:00 Leg Lines Akari	12:30 ~ 13:30 Release&Strength ayu.s		12:00 ~ 13:00 Waist MOMOKA.I	12:00 ~ 13:00 Basic ayu.s	12:30 ~ 13:00 Pilates Workout Akari										
14:30 ~ 15:30 Advance Kanoka		13:30 ~ 14:30 Waist ayu.s	close		close	13:30 ~ 14:30 Basic ayu.s	13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning Akari	14:30 ~ 15:30 Back & Arm Momoka.O									
16:30 ~ 17:30 Basic ayu.s		close				close	close	close	15:00 ~ 16:00 Leg Lines Akari	16:30 ~ 17:30 Hip & Leg Akari							
close									close	close	close	close	17:30 ~ 18:30 Shape up waist ayu.s	close			
													18:00 ~ 19:00 Release&Strength ayu.s		18:00 ~ 19:00 Hip Punch Kanoka	18:00 ~ 19:00 Leg Lines Akari	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Akari
													19:30 ~ 20:30 Pilates Workout Akari		19:30 ~ 20:30 Basic ayu.s	19:30 ~ 20:30 Waist Kanoka	19:30 ~ 20:30 Stretch & Conditioning Akari
													21:00 ~ 22:00 Basic ayu.s		21:00 ~ 22:00 Waist Kanoka	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Akari	21:00 ~ 22:00 Back & Arm Momoka.O

pilatesK 柏店

【 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 Release&Strength ayu.s	10:30 ~ 11:30 Leg Lines Akari	close	10:30 ~ 11:30 Waist Momoka.O	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Akari	10:30 ~ 11:30 Shape up waist ayu.s	close								
	12:00 ~ 13:00 Waist Momoka.O	12:00 ~ 13:00 Shape up waist ayu.s		12:00 ~ 13:00 Body Balance Sayoko	12:00 ~ 13:00 Pre Basic Kanoka	12:30 ~ 13:30 Release&Strength MOMOKA.I									
	13:30 ~ 14:30 Basic ayu.s	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Akari		close	13:30 ~ 14:30 Back & Arm Momoka.O	13:30 ~ 14:30 Pilates Workout Akari		14:30 ~ 15:30 Basic ayu.s							
	close	close			close	close		close	15:00 ~ 16:00 Release&Strength ayu.s	15:00 ~ 16:00 Hip Punch Kanoka	16:30 ~ 17:30 Waist MOMOKA.I				
									17:30 ~ 18:30 Basic Akari	close	close	close	close		
									18:00 ~ 19:00 Basic mai.h					18:00 ~ 19:00 Waist Momoka.O	18:00 ~ 19:00 Leg Lines Akari
									19:30 ~ 20:30 Back & Arm Momoka.O					19:30 ~ 20:30 Shape up waist ayu.s	19:30 ~ 20:30 Basic ayu.s
									21:00 ~ 22:00 Hip & Leg mai.h					21:00 ~ 22:00 Back & Arm Momoka.O	21:00 ~ 22:00 Pilates Workout Akari

🟢: 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 柏店

【 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 Waist Momoka.O	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Akari	close	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Momoka.O	10:30 ~ 11:30 Hip Punch Kanoka	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Momoka.O	close	10:30 ~ 11:30 Leg Lines Akari		
12:00 ~ 13:00 Release&Strength ayu.s	12:00 ~ 13:00 Waist ayu.s		12:00 ~ 13:00 Advance Kanoka	12:00 ~ 13:00 Waist Momoka.O	12:00 ~ 13:00 Leg Lines Akari		12:00 ~ 13:00 Pre Basic Kanoka		
13:30 ~ 14:30 Back & Arm Momoka.O	close		13:30 ~ 14:30 Waist Momoka.O	13:30 ~ 14:30 Pre Basic Kanoka	14:30 ~ 15:30 Waist Momoka.O		13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Akari		
close			15:00 ~ 16:00 Back & Arm Momoka.O	close	16:30 ~ 17:30 Pilates Workout Akari		close	close	
			17:30 ~ 18:30 Body Balance Kanoka						
			18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Sayoko		18:00 ~ 19:00 Basic ayu.s				18:00 ~ 19:00 Shape up waist ayu.s
19:30 ~ 20:30 Shape up waist ayu.s			19:30 ~ 20:30 Hip Punch Kanoka	19:30 ~ 20:30 Pre Basic Kanoka	19:30 ~ 20:30 Release&Strength ayu.s		close	close	19:30 ~ 20:30 Basic ayu.s
21:00 ~ 22:00 Basic Sayoko			21:00 ~ 22:00 Advance Kanoka	21:00 ~ 22:00 Body Balance Kanoka	21:00 ~ 22:00 Waist MOMOKA.I				21:00 ~ 22:00 Release&Strength ayu.s

pilatesK 柏店

【 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 Basic ayu.s	close	10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning Akari	10:30 ~ 11:30 Leg Lines Akari	
12:30 ~ 13:30 Back & Arm Momoka.O		12:00 ~ 13:00 Waist Momoka.O	12:00 ~ 13:00 Hip Punch Kanoka	
close		13:30 ~ 14:30 Back & Arm Momoka.O	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Akari	close
		15:00 ~ 16:00 Shape up waist ayu.s		
		17:30 ~ 18:30 Waist Momoka.O		
18:00 ~ 19:00 Advance Kanoka		18:00 ~ 19:00 Basic ayu.s	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Sayoko	close
19:30 ~ 20:30 Leg Lines Akari		19:30 ~ 20:30 Back & Arm Momoka.O	19:30 ~ 20:30 Pilates Workout Akari	
21:00 ~ 22:00 Pre Basic Kanoka		21:00 ~ 22:00 Shape up waist ayu.s	21:00 ~ 22:00 Body Balance Sayoko	

👉 : 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。