

04/01	04/02	04/03	04/04	04/05	04/06	04/07	04/08	
水	木	金	土	日	月	火	水	
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 Cardio		Hip & Leg	Back & Arm	Stretch & Conditioning		Basic	Back & Arm	
Maiki.N		Mai.N	未定	Ayu		kanako.Y	未定	
12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:00		12:30 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00
Back & Arm		Back & Arm	Pilates Cardio	Pre Basic		Power up Control	Pilates Barre	
Mai.N		未定	Maiki.N	Mai.N		momo.O	momo.O	
13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30
Basic		Body Balance	Pre Basic	Hip & Leg		Shape up waist	Back & Arm	
Maiki.N		Mai.N	Mai.N	momo.O		kanako.Y	未定	
close		close	close	15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30	close	close
			Back & Arm	Body Balance				
			未定	Mai.N				
			16:30 ~ 17:30					
			Basic					
			Maiki.N					
			18:00 ~ 19:00					
			Shape up waist					
			Mai.N					
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
Shape up waist	Basic	Back & Arm				Pilates Barre	Power up Control	
momo.O	Maiki.N	未定				Maiki.N	momo.O	
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
Back & Arm	Pilates Cardio	Waist				Back & Arm	Pre Basic	
未定	Maiki.N	momo.O				未定	Mai.N	
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
Release&Strength	Back & Arm	Power up Control				Hip Punch	Body Balance	
momo.O	未定	momo.O				Maiki.N	Mai.N	

04/09	04/10	04/11	04/12	04/13	04/14	04/15	04/16	
木	金	土	日	月	火	水	木	
close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	
	Power up Control	Back & Arm	Hip Punch		Body Balance	Waist		
	momo.O	未定	Maiki.N		kanako.Y	momo.O		
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00
	Pre Basic	Shape up waist	Waist		Back & Arm	Pilates Cardio		
	Mai.N	Mai.N	Mai.N		未定	Maiki.N		
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30
	Pilates Barre	Back & Arm	Pilates Barre		Basic	Shape up waist		
	momo.O	未定	Maiki.N		kanako.Y	momo.O		
	close	close	close		15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00
			Hip Punch	Pre Basic	Power up Control	Basic		
			Maiki.N	Mai.N	momo.O	Mai.N		
			16:30 ~ 17:30		16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30		
			Waist		Back & Arm	Back & Arm		
			Maiki.N		未定	未定		
			18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		
			Basic		Shape up waist	Body Balance		
			Maiki.N		momo.O	Mai.N		
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00						18:00 ~ 19:00	
Hip & Leg	Back & Arm						Pre Basic	
Maiki.N	未定						Maiki.N	
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30						19:30 ~ 20:30	
Stretch & Conditioning	Body Balance						Body Balance	
Ayu	Mai.N						Maiki.N	
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00						21:00 ~ 22:00	
Pilates Barre	Back & Arm						Back & Arm	
Maiki.N	未定						未定	

🟢：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 京都四条烏丸店

【 04/17 ~ 04/24 】 スケジュール

2026/03/24 更新

04/17	04/18	04/19	04/20	04/21	04/22	04/23	04/24		
金	土	日	月	火	水	木	金		
10:30 ~ 11:30 Body Balance Mai.N	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Maiki.N	10:30 ~ 11:30 Release&Strength momo.O	close	10:30 ~ 11:30 Basic kanako.Y	10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning Ayu	close	10:30 ~ 11:30 Pre Basic Mai.N		
12:00 ~ 13:00 Waist momo.O	12:00 ~ 13:00 Back & Arm 未定	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg Maiki.N		12:00 ~ 13:00 Shape up waist momo.O	12:00 ~ 13:00 Back & Arm 未定		12:00 ~ 13:00 Back & Arm 未定	12:00 ~ 13:00 Back & Arm 未定	
13:30 ~ 14:30 Pre Basic Mai.N	13:30 ~ 14:30 Power up Control momo.O	14:30 ~ 15:30 Shape up waist momo.O		13:30 ~ 14:30 Waist kanako.Y	13:30 ~ 14:30 Basic Ayu		13:30 ~ 14:30 Basic 未定	13:30 ~ 14:30 Waist Mai.N	
close	15:00 ~ 16:00 Back & Arm 未定	16:30 ~ 17:30 Pilates Barre Maiki.N		close	close		close	close	close
	16:30 ~ 17:30 Release&Strength momo.O	close							
	18:00 ~ 19:00 Hip Punch Maiki.N								
	18:00 ~ 19:00 Power up Control momo.O								
19:30 ~ 20:30 Basic Maiki.N				18:00 ~ 19:00 Back & Arm 未定	18:00 ~ 19:00 Back & Arm 未定		18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Maiki.N	18:00 ~ 19:00 Back & Arm 未定	
21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Maiki.N				19:30 ~ 20:30 Power up Control momo.O	19:30 ~ 20:30 Pre Basic Mai.N		19:30 ~ 20:30 Back & Arm 未定	19:30 ~ 20:30 Pilates Cardio Maiki.N	
				21:00 ~ 22:00 Back & Arm 未定	21:00 ~ 22:00 Body Balance Mai.N		21:00 ~ 22:00 Hip Punch Maiki.N	21:00 ~ 22:00 Basic Maiki.N	

pilatesK 京都四条烏丸店

【 04/25 ~ 04/30 】 スケジュール

04/25	04/26	04/27	04/28	04/29	04/30	
土	日	月	火	水	木	
10:30 ~ 11:30 Back & Arm 未定	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg momo.O	close	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg kanako.Y	10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio Maiki.N	close	
12:00 ~ 13:00 Basic Maiki.N	12:30 ~ 13:30 Back & Arm 未定		12:00 ~ 13:00 Back & Arm 未定	12:00 ~ 13:00 Waist momo.O		
13:30 ~ 14:30 Pilates Barre momo.O	14:30 ~ 15:30 Power up Control momo.O		13:30 ~ 14:30 Basic kanako.Y	13:30 ~ 14:30 Back & Arm 未定		
15:00 ~ 16:00 Pilates Cardio Maiki.N	16:30 ~ 17:30 Back & Arm 未定		close	close		15:00 ~ 16:00 Basic Maiki.N
16:30 ~ 17:30 Back & Arm 未定	close					16:30 ~ 17:30 Power up Control momo.O
18:00 ~ 19:00 Release&Strength momo.O						18:00 ~ 19:00 Back & Arm 未定
						18:00 ~ 19:00 Back & Arm 未定
				19:30 ~ 20:30 Release&Strength Maiki.N		19:30 ~ 20:30 Body Balance Mai.N
				21:00 ~ 22:00 Hip Punch Maiki.N		21:00 ~ 22:00 Back & Arm 未定

👉 : 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。