

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				
Basic👉👈		jump to burn	Pilates Barre	Basic👉👈		Stretch & Conditioning👉👈	Hip & Leg👉👈				
Ami.O		Masumi.m	Mizuki.S	Yurika.O		Masumi.m	Ami.O				
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30				
Back & Arm👉👈		Stretch & Conditioning👉👈	jump to burn	Back & Arm👉👈		Waist👉👈	Basic👉👈				
Kotono.N		Masumi.m	Ami.O	Kotono.N		Yurika.O	Yurika.O				
close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:00	close				
		Back & Arm👉👈	Pre Basic👉👈	Waist👉👈		Basic👉👈					
		Kotono.N	Mizuki.S	Yurika.O		Yurika.O					
		close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close					
			Hip & Leg👉👈	Back & Arm👉👈							
			Ami.O	Kotono.N							
			17:30 ~ 18:30								
		Release&Strength									
		Mizuki.S									
		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		close		close	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
		Pre Basic👉👈	Waist👉👈	Back & Arm👉👈						Back & Arm👉👈	Release&Strength
Masumi.m	Yurika.O	Kotono.N	Kotono.N	Masumi.m							
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30							
Waist👉👈	Back & Arm👉👈	Hip & Leg👉👈	jump to burn	Back & Arm👉👈							
Yurika.O	Kotono.N	miyuu.H	Masumi.m	Kotono.N							
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00							
Stretch & Conditioning👉👈	Basic👉👈	Waist👉👈	Back & Arm👉👈	Pre Basic👉👈							
Masumi.m	Yurika.O	miyuu.H	Kotono.N	Masumi.m							

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		
	Back & Arm 🇯🇵	Hip & Leg 🇯🇵	jump to burn		Back & Arm 🇯🇵	Basic 🇯🇵			
	Kotono.N	miyuu.H	Ami.O		Kotono.N	Yurika.O			
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00			
	Pre Basic 🇯🇵	Back & Arm 🇯🇵	Pre Basic 🇯🇵		Basic 🇯🇵	Back & Arm 🇯🇵			
	Masumi.m	Kotono.N	Mizuki.S		Yurika.O	Kotono.N			
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30			
	Hip & Leg 🇯🇵	Release&Strength	Hip & Leg 🇯🇵		Waist 🇯🇵	jump to burn			
	Masumi.m	Masumi.m	Ami.O		Yurika.O	Ami.O			
	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00			
		Waist 🇯🇵	Pilates Barre		jump to burn	Waist 🇯🇵			
		miyuu.H	Mizuki.S		Ami.O	Yurika.O			
		close	close		close	close			
		17:30 ~ 18:30			17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30			
	Basic 🇯🇵	Back & Arm 🇯🇵	Hip & Leg 🇯🇵		Back & Arm 🇯🇵	Hip & Leg 🇯🇵			
	Masumi.m	Kotono.N	Ami.O		Kotono.N	Ami.O			
	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close		close	close		close	18:00 ~ 19:00
	Hip & Leg 🇯🇵	jump to burn							Back & Arm 🇯🇵
	miyuu.H	Ami.O							Kotono.N
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30							
jump to burn	Waist 🇯🇵	Waist 🇯🇵							
Ami.O	Yurika.O	Ami.O							
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00							
Back & Arm 🇯🇵	Basic 🇯🇵					Hip & Leg 🇯🇵			
miyuu.H	Yurika.O					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

【 04/17 ~ 04/24 】 スケジュール

2026/03/20 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	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30
Waist 🌿	Basic 🌿	Pre Basic 🌿		Waist 🌿	Back & Arm 🌿		Basic 🌿
Yurika.O	Yurika.O	Masumi.m		Yurika.O	Kotono.N		Yurika.O
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00
Release&Strength	jump to burn	Back & Arm 🌿		Back & Arm 🌿	Waist 🌿		Waist 🌿
Masumi.m	Ami.O	Kotono.N		Kotono.N	Yurika.O		Yurika.O
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30
Basic 🌿	Hip & Leg 🌿	Release&Strength		Basic 🌿			Hip & Leg 🌿
Yurika.O	Ami.O	Masumi.m		Yurika.O			Ami.O
close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close			close
	Waist 🌿	Back & Arm 🌿					
	Yurika.O	Kotono.N					
	close	close					
	17:30 ~ 18:30						
	Basic 🌿						
	Ami.O						
18:00 ~ 19:00	close	18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
Back & Arm 🌿		Hip & Leg 🌿		Back & Arm 🌿	Release&Strength	Pre Basic 🌿	
Kotono.N		Ami.O		Kotono.N	Mizuki.S	Masumi.m	
19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
Pre Basic 🌿		Basic 🌿		jump to burn	Pilates Barre	Stretch & Conditioning 🌿	
Masumi.m		Yurika.O		Ami.O	Mizuki.S	Masumi.m	
21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
jump to burn		jump to burn		Basic 🌿	Back & Arm 🌿	Waist 🌿	
Masumi.m		Ami.O		Ami.O	Kotono.N	Ami.O	

pilatesK 札幌駅前店

【 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	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close				
Pre Basic 🌿	Back & Arm 🌿		Basic 🌿	Hip & Leg 🌿					
Masumi.m	Kotono.N		Ami.O	Ami.O					
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00					
Pilates Barre	Hip & Leg 🌿		Waist 🌿	Release&Strength					
Mizuki.S	izumi.y		Yurika.O	Masumi.m					
13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30					
jump to burn	Back & Arm 🌿		Hip & Leg 🌿	Basic 🌿					
Masumi.m	Kotono.N		Ami.O	Masumi.m					
15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close	15:00 ~ 16:00		close			
Back & Arm 🌿	Hip & Leg 🌿			Back & Arm 🌿					
Kotono.N	izumi.y			Kotono.N					
close	close			close			close		
								17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30
								Release&Strength	jump to burn
Mizuki.S			Ami.O						
close			18:00 ~ 19:00			close	18:00 ~ 19:00		
			Pre Basic 🌿				Waist 🌿		
			Masumi.m	Yurika.O					
			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30					
			jump to burn	Hip & Leg 🌿					
			Masumi.m	Masumi.m					
			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00					
Back & Arm 🌿			Release&Strength						
Kotono.N			Masumi.m						

🌿 : 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。