

pilatesK_smart 羽礼橋店		【 04/01 ~ 04/08 】		スケジュール		2026/03/31 更新			
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 ~ 11:00	close	10:30 ~ 11:00	10:30 ~ 11:00	close	close	10:30 ~ 11:00	10:30 ~ 11:00		
Basic A		Waist A	Leg A			Stretch A	Hip A		
Sonomi.m		AYUMI.O	AYUMI.O			MARIA.T	Sonomi.m		
11:30 ~ 12:00		11:30 ~ 12:00	11:30 ~ 12:00			11:30 ~ 12:00	11:30 ~ 12:00	11:30 ~ 12:00	11:30 ~ 12:00
Waist A		Hip A	Basic A			Basic B	Jump A		
MARIA.T		Sonomi.m	Sonomi.m			Sonomi.m	AYUMI.O		
12:30 ~ 13:00		12:30 ~ 13:00	12:30 ~ 13:00			12:30 ~ 13:00	12:30 ~ 13:00	12:30 ~ 13:00	12:30 ~ 13:00
Hip A		Hip B	Jump A			Hip B	Basic A		
Sonomi.m		AYUMI.O	AYUMI.O			MARIA.T	Sonomi.m		
13:30 ~ 14:00		13:30 ~ 14:00	13:30 ~ 14:00			13:30 ~ 14:00	13:30 ~ 14:00	13:30 ~ 14:00	13:30 ~ 14:00
Stretch A	Basic B	Hip A	Basic A	Leg A					
MARIA.T	Sonomi.m	Sonomi.m	Sonomi.m	Sonomi.m	AYUMI.O				
close	close	close	14:30 ~ 15:00	close	close	close	close		
			Stretch A						
			AYUMI.O						
			15:30 ~ 16:00						
			Basic B						
			Sonomi.m						
			16:30 ~ 17:00						
			Waist A						
			AYUMI.O						
17:30 ~ 18:00	17:30 ~ 18:00	17:30 ~ 18:00	close	17:30 ~ 18:00	17:30 ~ 18:00	17:30 ~ 18:00	17:30 ~ 18:00		
Hip B	Basic B	Basic A		Basic B	Waist A				
MARIA.T	Sonomi.m	Sonomi.m		Sonomi.m	MARIA.T				
18:30 ~ 19:00	18:30 ~ 19:00	18:30 ~ 19:00	18:30 ~ 19:00	18:30 ~ 19:00	18:30 ~ 19:00	18:30 ~ 19:00	18:30 ~ 19:00		
Basic B	Jump A	Hip B		Leg A	Hip B				
AYUMI.O	AYUMI.O	MARIA.T		AYUMI.O	AYUMI.O				
19:30 ~ 20:00	19:30 ~ 20:00	19:30 ~ 20:00	19:30 ~ 20:00	19:30 ~ 20:00	19:30 ~ 20:00	19:30 ~ 20:00	19:30 ~ 20:00		
Leg A	Basic A	Basic B		Hip A	Basic A				
MARIA.T	Sonomi.m	Sonomi.m		Sonomi.m	MARIA.T				
20:30 ~ 21:00	20:30 ~ 21:00	20:30 ~ 21:00	20:30 ~ 21:00	20:30 ~ 21:00	20:30 ~ 21:00	20:30 ~ 21:00	20:30 ~ 21:00		
Basic A	Leg A	Jump A		Waist A	Leg A				
AYUMI.O	AYUMI.O	MARIA.T		AYUMI.O	AYUMI.O				

pilatesK_smart 羽礼橋店		【 04/09 ~ 04/16 】		スケジュール		2026/03/31 更新	
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 ~ 11:00	10:30 ~ 11:00	close	close	10:30 ~ 11:00	10:30 ~ 11:00	close
	Hip B	Waist A			Leg A	Basic B	
	AYUMI.O	MARIA.T			MARIA.T	Sonomi.m	
	11:30 ~ 12:00	11:30 ~ 12:00			11:30 ~ 12:00	11:30 ~ 12:00	
	Basic B	Basic B			Basic A	Waist A	
	MARIA.T	Sonomi.m			Sonomi.m	AYUMI.O	
	12:30 ~ 13:00	12:30 ~ 13:00			12:30 ~ 13:00	12:30 ~ 13:00	
	Hip A	Leg A			Hip B	Hip A	
	AYUMI.O	MARIA.T			MARIA.T	Sonomi.m	
	13:30 ~ 14:00	13:30 ~ 14:00			13:30 ~ 14:00	13:30 ~ 14:00	
Stretch A	Basic A	Basic B	Jump A				
MARIA.T	Sonomi.m	Sonomi.m	Sonomi.m	AYUMI.O			
close	close	14:30 ~ 15:00	close	close	close	close	close
		Hip B					
		MARIA.T					
		15:30 ~ 16:00					
		Hip A					
		Sonomi.m					
		16:30 ~ 17:00					
		Stretch A					
		MARIA.T					
17:30 ~ 18:00	17:30 ~ 18:00	17:30 ~ 18:00	17:30 ~ 18:00	17:30 ~ 18:00	17:30 ~ 18:00	17:30 ~ 18:00	17:30 ~ 18:00
Basic A	Leg A			Hip A	Basic A	Leg A	
Sonomi.m	MARIA.T			Sonomi.m	AYUMI.O	MARIA.T	
18:30 ~ 19:00	18:30 ~ 19:00	18:30 ~ 19:00	18:30 ~ 19:00	18:30 ~ 19:00	18:30 ~ 19:00	18:30 ~ 19:00	18:30 ~ 19:00
Hip B	Basic A			Waist A	Leg A	Basic A	
MARIA.T	Sonomi.m			AYUMI.O	MARIA.T	AYUMI.O	
19:30 ~ 20:00	19:30 ~ 20:00	19:30 ~ 20:00	19:30 ~ 20:00	19:30 ~ 20:00	19:30 ~ 20:00	19:30 ~ 20:00	19:30 ~ 20:00
Basic B	Waist A			Basic A	Basic B	Hip B	
Sonomi.m	MARIA.T			Sonomi.m	AYUMI.O	MARIA.T	
20:30 ~ 21:00	20:30 ~ 21:00	20:30 ~ 21:00	20:30 ~ 21:00	20:30 ~ 21:00	20:30 ~ 21:00	20:30 ~ 21:00	20:30 ~ 21:00
Jump A	Basic B			Leg A	Waist A	Basic B	
MARIA.T	Sonomi.m			AYUMI.O	MARIA.T	AYUMI.O	

pilatesK\_smart 汐路札幌店 [ 04/17 ~ 04/24 ] スケジュール 2026/03/31 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 ~ 11:00 Waist A AYUMI.O	10:30 ~ 11:00 Stretch A MARIA.T	close	close	10:30 ~ 11:00 Jump A MARIA.T	10:30 ~ 11:00 Leg A AYUMI.O	close	10:30 ~ 11:00 Hip B MARIA.T			
11:30 ~ 12:00 Basic B MARIA.T	11:30 ~ 12:00 Hip A Sonomi.m			11:30 ~ 12:00 Basic B AYUMI.O	11:30 ~ 12:00 Basic A Sonomi.m		11:30 ~ 12:00 Basic A Sonomi.m			
12:30 ~ 13:00 Stretch A AYUMI.O	12:30 ~ 13:00 Hip B MARIA.T			12:30 ~ 13:00 Stretch A MARIA.T	12:30 ~ 13:00 Waist A AYUMI.O		12:30 ~ 13:00 Leg A MARIA.T			
13:30 ~ 14:00 Jump A MARIA.T	13:30 ~ 14:00 Basic B Sonomi.m			13:30 ~ 14:00 Hip B AYUMI.O	13:30 ~ 14:00 Hip A Sonomi.m		13:30 ~ 14:00 Hip A Sonomi.m			
close	14:30 ~ 15:00 Waist A MARIA.T			close	close		close	close	close	close
	15:30 ~ 16:00 Basic A Sonomi.m									
	16:30 ~ 17:00 Jump A MARIA.T									
17:30 ~ 18:00 Basic A Sonomi.m	close			close	close		17:30 ~ 18:00 Leg A MARIA.T	17:30 ~ 18:00 Basic B Sonomi.m	17:30 ~ 18:00 Basic A MARIA.T	17:30 ~ 18:00 Waist A AYUMI.O
18:30 ~ 19:00 Leg A MARIA.T							18:30 ~ 19:00 Basic A AYUMI.O	18:30 ~ 19:00 Hip B MARIA.T	18:30 ~ 19:00 Leg A AYUMI.O	18:30 ~ 19:00 Basic B Sonomi.m
19:30 ~ 20:00 Basic B Sonomi.m							19:30 ~ 20:00 Hip B MARIA.T	19:30 ~ 20:00 Basic A Sonomi.m	19:30 ~ 20:00 Basic B MARIA.T	19:30 ~ 20:00 Jump A AYUMI.O
20:30 ~ 21:00 Hip B MARIA.T							20:30 ~ 21:00 Hip A AYUMI.O	20:30 ~ 21:00 Jump A MARIA.T	20:30 ~ 21:00 Stretch A AYUMI.O	20:30 ~ 21:00 Basic B Sonomi.m

pilatesK\_smart 汐路札幌店 [ 04/25 ~ 04/30 ] スケジュール 2026/03/31 更新

04/25	04/26	04/27	04/28	04/29	04/30		
土	日	月	火	水	木		
10:30 ~ 11:00 Basic A AYUMI.O	close	close	10:30 ~ 11:00 Basic B MARIA.T	10:30 ~ 11:00 Hip B AYUMI.O	close		
11:30 ~ 12:00 Waist A MARIA.T			11:30 ~ 12:00 Jump A AYUMI.O	11:30 ~ 12:00 Hip A Sonomi.m			
12:30 ~ 13:00 Basic B AYUMI.O			12:30 ~ 13:00 Basic A MARIA.T	12:30 ~ 13:00 Leg A AYUMI.O			
13:30 ~ 14:00 Stretch A MARIA.T			13:30 ~ 14:00 Waist A AYUMI.O	13:30 ~ 14:00 Basic A Sonomi.m			
14:30 ~ 15:00 Hip B AYUMI.O			close	close		close	14:30 ~ 15:00 Balance A AYUMI.O
15:30 ~ 16:00 Basic A MARIA.T							15:30 ~ 16:00 Basic B Sonomi.m
16:30 ~ 17:00 Jump A AYUMI.O							16:30 ~ 17:00 Stretch A AYUMI.O
close							close
			18:30 ~ 19:00 Leg A MARIA.T				
			19:30 ~ 20:00 Balance A AYUMI.O				
			20:30 ~ 21:00 Hip B MARIA.T				
			17:30 ~ 18:00 Leg A MARIA.T				
	18:30 ~ 19:00 Waist A AYUMI.O						
19:30 ~ 20:00 Basic A MARIA.T	19:30 ~ 20:00 Basic A MARIA.T	20:30 ~ 21:00 Jump A AYUMI.O					