

pilatesK NU茶屋町店

【 05/01 ~ 05/08 】 スケジュール

2026/04/14 更新

05/01	05/02	05/03	05/04	05/05	05/06	05/07	05/08
金	土	日	月	火	水	木	金
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Basic	Back & Spine	Pilates Cardio	Hip & Leg	jump to burn	Waist	Power up Control	Body Balance
Ayari.f	Nagi.m	mana.N	mana.N	Suzu.K	Nagi.m	Suzu.K	Nagi.m
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00
Back & Arm	Back & Arm	Waist	Basic	Back & Arm	Body Balance	Basic	Pilates Barre
MIYU.Y	MIYU.Y	Nagi.m	Ayari.f	MIYU.Y	Ayari.f	Nagi.m	mana.N
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30
Hip Punch	Basic	Hip & Leg	Shape up waist	Pilates Workout	Back & Spine	Waist	Back & Spine
Ayari.f	Ayari.f	mana.N	Suzu.K	Suzu.K	Nagi.m	Nagi.m	Nagi.m
close	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	close
	Back & Arm	Power up Control	Body Balance	Pilates Barre	Back & Arm	Shape up waist	
	MIYU.Y	Suzu.K	Ayari.f	mana.N	MIYU.Y	Suzu.K	
	16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30	
Body Balance	Basic	Pilates Cardio	Back & Arm	Basic	close	close	
Ayari.f	Nagi.m	mana.N	MIYU.Y	Ayari.f			
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			
Pre Basic	jump to burn	Pilates Barre	Stretch & Conditioning	Back & Arm			
Nagi.m	Suzu.K	mana.N	mana.N	MIYU.Y			
17:30 ~ 18:30	19:30 ~ 20:30	close	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30
Pilates Workout	Hip Punch		Reset Flow	Hip & Leg	Hip Punch	Back & Arm	Shape up waist
Suzu.K	Ayari.f		Suzu.K	mana.N	Ayari.f	MIYU.Y	Suzu.K
19:00 ~ 20:00	close		close	close	close	close	19:00 ~ 20:00
Back & Arm		jump to burn					Pilates Cardio
MIYU.Y		Suzu.K					mana.N
20:30 ~ 21:30	close	close	close	close	close	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30
Reset Flow						Back & Arm	Basic
Suzu.K						MIYU.Y	Suzu.K

pilatesK NU茶屋町店

【 05/09 ~ 05/16 】 スケジュール

05/09	05/10	05/11	05/12	05/13	05/14	05/15	05/16
土	日	月	火	水	木	金	土
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Waist	Back & Arm	Basic	Back & Arm	Pilates Cardio	Back & Arm	Basic	Back & Spine
Ayari.f	MIYU.Y	rina	MIYU.Y	mana.N	MIYU.Y	Nagi.m	Nagi.m
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00
Hip & Leg	Pilates Workout	jump to burn	Back & Spine	Back & Arm	Body Balance	Waist	Pilates Workout
mana.N	Suzu.K	Suzu.K	Nagi.m	mana.N	rina	Ayari.f	Suzu.K
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30
Body Balance	Basic	Hip & Leg	Pre Basic	Hip & Leg	Back & Arm	Body Balance	Pre Basic
Ayari.f	Nagi.m	rina	Nagi.m	mana.N	MIYU.Y	Nagi.m	Nagi.m
15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	close	15:00 ~ 16:00	close	15:00 ~ 16:00	close	15:00 ~ 16:00
Pilates Cardio	Reset Flow		Back & Arm		Basic		Stretch & Conditioning
mana.N	Suzu.K		MIYU.Y		rina		mana.N
16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30		close		close		close
Basic	Body Balance	Waist					
Nagi.m	Nagi.m	Suzu.K					
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	close	close	close	close	18:00 ~ 19:00
Stretch & Conditioning	Back & Arm						Pilates Cardio
mana.N	MIYU.Y						mana.N
19:30 ~ 20:30	close	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	19:30 ~ 20:30
Back & Spine		Stretch & Conditioning	Hip Punch	Basic	Shape up waist	Hip & Leg	Reset Flow
Nagi.m		mana.N	Ayari.f	Nagi.m	Suzu.K	mana.N	Suzu.K
close		19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00
	Shape up waist	Body Balance	Power up Control	Hip & Leg	Pilates Barre		
	Suzu.K	Nagi.m	Suzu.K	mana.N	mana.N		
20:30 ~ 21:30	close	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	close
Pilates Barre		Waist	Back & Spine	Reset Flow	Hip Punch		
mana.N		Ayari.f	Nagi.m	Suzu.K	Ayari.f		

🟢：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。

05/17	05/18	05/19	05/20	05/21	05/22	05/23	05/24	
日	月	火	水	木	金	土	日	
close	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
		Shape up waist Suzu.K	Stretch & Conditioning mana.N	Basic Ayari.f	Waist Nagi.m	Back & Arm MIYU.Y	Basic Ayari.f	
		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	
		Basic Suzu.K	Waist Nagi.m	Shape up waist Suzu.K	Hip Punch Ayari.f	Reset Flow Suzu.K	Back & Arm MIYU.Y	
		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	
		Back & Arm MIYU.Y	Pilates Barre mana.N	Hip Punch Ayari.f	Basic Nagi.m	Power up Control Suzu.K	Hip Punch Ayari.f	
		15:00 ~ 16:00	close	15:00 ~ 16:00	close	close	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00
		jump to burn Suzu.K		Pilates Barre mana.N			Back & Arm MIYU.Y	jump to burn Suzu.K
		close		close			16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30
							Basic Nagi.m	Back & Arm MIYU.Y
		close	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			
				Shape up waist Suzu.K	Hip & Leg Suzu.K			
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	19:30 ~ 20:30		
Hip & Leg Ayari.f	Back & Arm MIYU.Y	Back & Spine Nagi.m	Pilates Cardio mana.N	Waist Nagi.m	close			
19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00				
Back & Arm MIYU.Y	Pre Basic Nagi.m	Back & Arm MIYU.Y	Hip & Leg Ayari.f	close				
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30					
Body Balance Ayari.f	Back & Arm MIYU.Y	Pilates Cardio mana.N	Stretch & Conditioning mana.N					

05/25	05/26	05/27	05/28	05/29	05/30	05/31	
月	火	水	木	金	土	日	
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
Hip & Leg Ayari.f	Hip Punch Ayari.f		Pilates Barre Ayari.f	Back & Arm MIYU.Y	Pilates Workout Suzu.K	Stretch & Conditioning mana.N	
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	
Basic 未定	Pre Basic Nagi.m		Pilates Workout Suzu.K	Body Balance Nagi.m	Basic 未定	Reset Flow Suzu.K	
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:00 ~ 15:00	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	
Back & Spine Nagi.m	Body Balance Ayari.f	Back & Arm MIYU.Y	Basic 未定	Waist MIYU.Y	Shape up waist Suzu.K	Hip & Leg Ayari.f	
close	15:00 ~ 16:00	15:30 ~ 16:30	15:00 ~ 16:00	close	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	
	Back & Arm MIYU.Y	Shape up waist Suzu.K	Hip & Leg Ayari.f		Waist MIYU.Y	Pilates Cardio mana.N	
	close	close	close		close	16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30
						Stretch & Conditioning mana.N	Basic 未定
close	close	close	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		
				Back & Arm MIYU.Y	Power up Control Suzu.K		
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	19:30 ~ 20:30	close	
Pilates Barre Ayari.f	Waist MIYU.Y	Basic 未定	Body Balance Nagi.m	Hip Punch Ayari.f	Pilates Cardio mana.N		
19:00 ~ 20:00	close	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	close		
Waist MIYU.Y		Reset Flow Suzu.K	Back & Spine Nagi.m	Basic Nagi.m			
20:30 ~ 21:30	close	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	close		
Back & Arm MIYU.Y		Waist MIYU.Y	Basic 未定	Pilates Barre Ayari.f			

👉 : 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。