

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 Back & Arm Saki.n	close	10:30 ~ 11:30 Basic ASUKA.K	10:30 ~ 11:30 Waist Saki.n	10:30 ~ 11:30 Waist Satomi.N	close	10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning ASUKA.K	10:30 ~ 11:30 Basic ASUKA.K	
12:00 ~ 13:30 Pilates Cardio Leika.K		12:00 ~ 13:00 Waist Saki.n	12:00 ~ 13:00 Basic Satomi.N	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Leika.K		12:00 ~ 13:00 Pre Basic Satomi.N	12:30 ~ 13:30 Back & Arm Saki.n	
close		13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning ASUKA.K	13:30 ~ 14:30 Back & Arm Saki.n	14:30 ~ 15:30 jump to burn 未定		close	13:30 ~ 14:30 Waist ASUKA.K	close
		close	close	15:00 ~ 16:00 Release&Strength Satomi.N			16:30 ~ 17:30 Pre Basic Leika.K	
				17:30 ~ 18:30 Hip & Leg Saki.n				
				close			close	
19:30 ~ 20:30 Basic ASUKA.K		19:30 ~ 20:30 Body Balance Satomi.N	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Saki.n			19:30 ~ 20:30 Basic Satomi.N		19:30 ~ 20:30 Pilates Cardio Leika.K
21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Satomi.N		21:00 ~ 22:00 Basic ASUKA.K	21:00 ~ 22:00 Pre Basic Leika.K	close		21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Saki.n	21:00 ~ 22:00 Body Balance Satomi.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 Back & Arm Leika.K	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Leika.K	10:30 ~ 11:30 Basic ASUKA.K	close	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Saki.n	10:30 ~ 11:30 Pre Basic Satomi.N	close		
	12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning ASUKA.K	12:00 ~ 13:00 Release&Strength Satomi.N	12:30 ~ 13:30 Back & Arm Saki.n		12:00 ~ 13:00 Body Balance Satomi.N	12:00 ~ 13:00 jump to burn 未定			
	13:30 ~ 14:30 Pre Basic Leika.K	13:30 ~ 14:30 Waist ASUKA.K	14:30 ~ 15:30 Body Balance Satomi.N		13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Leika.K	13:30 ~ 14:30 Basic Saki.n			
	close	close	15:00 ~ 16:00 Basic Satomi.N		16:30 ~ 17:30 Hip & Leg Saki.n	15:00 ~ 16:00 Basic Saki.n		15:00 ~ 16:00 Hip & Leg Leika.K	
			close		close	17:30 ~ 18:30 Pilates Cardio Leika.K		17:30 ~ 18:30 Pilates Cardio Leika.K	17:30 ~ 18:30 Back & Arm Leika.K
						18:00 ~ 19:00 Basic Saki.n		18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Saki.n	close
	19:30 ~ 20:30 Release&Strength Satomi.N	19:30 ~ 20:30 jump to burn 未定	close		21:00 ~ 22:00 Back & Arm Saki.n	21:00 ~ 22:00 Basic Saki.n		19:30 ~ 20:30 Waist ASUKA.K	

🟢：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 刈羽岐阜店

【 04/17 ~ 04/24 】 スケジュール

2026/04/01 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 Satomi.N	10:30 ~ 11:30 Release&Strength Satomi.N	10:30 ~ 11:30 Pre Basic Leika.K	close	10:30 ~ 11:30 jump to burn 未定	10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning ASUKA.K	close	10:30 ~ 11:30 Release&Strength Satomi.N	
12:00 ~ 13:00 Back & Arm Saki.n	12:00 ~ 13:00 Pre Basic Leika.K	12:30 ~ 13:30 Waist Saki.n		12:00 ~ 13:00 Release&Strength Satomi.N	12:30 ~ 13:30 Pre Basic Leika.K		12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Saki.n	
13:30 ~ 14:30 Basic Satomi.N	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Satomi.N	14:30 ~ 15:30 Hip & Leg Leika.K		13:30 ~ 14:30 Waist ASUKA.K	13:30 ~ 14:30 Waist ASUKA.K		13:30 ~ 14:30 Body Balance Satomi.N	
18:00 ~ 19:00 Stretch & Conditioning ASUKA.K	15:00 ~ 16:00 Stretch & Conditioning Leika.K	16:30 ~ 17:30 Basic Saki.n		18:00 ~ 19:00 Back & Arm Leika.K	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Satomi.N		18:00 ~ 19:00 Waist Saki.n	18:00 ~ 19:00 Waist ASUKA.K
19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Saki.n	close	close		19:30 ~ 20:30 Body Balance Satomi.N	19:30 ~ 20:30 Waist ASUKA.K		19:30 ~ 20:30 jump to burn 未定	19:30 ~ 20:30 Back & Arm Saki.n
21:00 ~ 22:00 Waist ASUKA.K				21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Leika.K	21:00 ~ 22:00 Basic Satomi.N		21:00 ~ 22:00 Back & Arm Saki.n	21:00 ~ 22:00 Basic ASUKA.K

pilatesK 刈羽岐阜店

【 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 Body Balance Satomi.N	10:30 ~ 11:30 jump to burn 未定	close	10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio Leika.K	10:30 ~ 11:30 Body Balance Satomi.N	close	
12:00 ~ 13:00 Waist Saki.n	12:30 ~ 13:30 Pilates Cardio Leika.K		12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning ASUKA.K	12:00 ~ 13:00 Basic ASUKA.K		
13:30 ~ 14:30 Release&Strength Satomi.N	14:30 ~ 15:30 Waist ASUKA.K		13:30 ~ 14:30 Back & Arm Leika.K	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Satomi.N		
15:00 ~ 16:00 Back & Arm Saki.n	16:30 ~ 17:30 Hip & Leg Leika.K		close	close		15:00 ~ 16:00 Waist ASUKA.K
17:30 ~ 18:30 Basic Saki.n	close					17:30 ~ 18:30 Release&Strength Satomi.N
close			18:00 ~ 19:00 Basic Satomi.N	18:00 ~ 19:00 Body Balance Satomi.N		
			19:30 ~ 20:30 Waist ASUKA.K	19:30 ~ 20:30 Pre Basic Leika.K		
			21:00 ~ 22:00 Release&Strength Satomi.N	21:00 ~ 22:00 Basic Saki.n		

👉 : 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。