

pilatesK 春日店

【 05/01 ~ 05/08 】 スケジュール

2026/05/01 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 Hip & Leg Yuri.H	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Rina.A	10:30 ~ 11:30 Shape up waist natsuki.s	close	10:30 ~ 11:30 Reset Flow karin.N	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Rina.A	close	10:30 ~ 11:30 Basic Yuri.H		
12:00 ~ 13:00 Reset Flow karin.N	12:00 ~ 13:00 Basic Yuri.H	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg Yuri.H		12:00 ~ 13:00 Basic Yuri.H	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Yuri.H		12:00 ~ 13:00 Waist karin.N		
13:30 ~ 14:30 Basic Yuri.H	13:30 ~ 14:30 Back & Arm Rina.A	14:30 ~ 15:30 Basic Yuri.H		13:30 ~ 14:30 Back & Arm Rina.A	13:30 ~ 14:30 Release&Strength natsuki.s		13:30 ~ 14:30 Pre Basic karin.N		
close	15:00 ~ 16:00 Hip & Leg Yuri.H	16:30 ~ 17:30 Stretch & Conditioning natsuki.s		15:00 ~ 16:00 Pre Basic karin.N	15:00 ~ 16:00 Basic Yuri.H		close	close	
	close	close		17:30 ~ 18:30 Hip & Leg Yuri.H	17:30 ~ 18:30 Back & Arm Rina.A				
	17:30 ~ 18:30 Basic Yuri.H								
18:00 ~ 19:00 Pre Basic karin.N	close	close		close	close		close	18:00 ~ 19:00 Basic Yuri.H	18:00 ~ 19:00 Release&Strength natsuki.s
19:30 ~ 20:30 Waist natsuki.s								19:30 ~ 20:30 Stretch & Conditioning natsuki.s	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Yuri.H
21:00 ~ 22:00 Body Balance natsuki.s								21:00 ~ 22:00 Waist natsuki.s	21:00 ~ 22:00 Shape up waist natsuki.s

pilatesK 春日店

【 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 Waist Karin.N	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Rina.A	close	10:30 ~ 11:30 Pre Basic karin.N	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Yuri.H	close	close	close		
12:00 ~ 13:00 Pilates Cardio Kalia	12:00 ~ 13:00 Basic Yuri.H		12:00 ~ 13:00 Body Balance natsuki.s	12:30 ~ 13:30 Reset Flow karin.N					
13:30 ~ 14:30 Basic Karin.N	14:30 ~ 15:30 Back & Arm Rina.A		13:30 ~ 14:30 Waist karin.N	close					
15:00 ~ 16:00 Pilates Barre Kalia	16:30 ~ 17:30 Hip & Leg Yuri.H		close						
close	close			close				18:00 ~ 19:00 Basic Yuri.H	18:00 ~ 19:00 Waist natsuki.s
17:30 ~ 18:30 Reset Flow karin.N			19:30 ~ 20:30 Shape up waist natsuki.s					19:30 ~ 20:30 Back & Arm Rina.A	19:30 ~ 20:30 Pre Basic karin.N
close			21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Yuri.H					21:00 ~ 22:00 Body Balance natsuki.s	21:00 ~ 22:00 Back & Arm Rina.A

🟢：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 春日店

【 05/17 ~ 05/24 】 スケジュール

2026/05/01 更新

05/17	05/18	05/19	05/20	05/21	05/22	05/23	05/24					
日	月	火	水	木	金	土	日					
10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30					
Release&Strength		Pilates Cardio	Waist		Reset Flow	Waist	Hip & Leg					
natsuki.s		Riri	natsuki.s		karin.N	Rina.A	karin.N					
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30				
Pre Basic		Stretch & Conditioning	Basic		Back & Arm	Hip & Leg	Basic					
karin.N		natsuki.s	Yuri.H		Rina.A	karin.N	Erika					
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30				
Waist		Pilates Barre			Hip & Leg	Basic	Back & Arm					
natsuki.s		Riri			karin.N	未確定	karin.N					
16:30 ~ 17:30		close			close	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30				
Reset Flow	Release&Strength			Basic								
karin.N	karin.N			Erika								
close	close			close			close	17:30 ~ 18:30	close			
								Basic				
								未確定				
								18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
			Waist					Pre Basic		Pilates Cardio	Pilates Barre	
			未確定					karin.N		Miharu.H	aiko.k	
			19:30 ~ 20:30					19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
		Back & Arm	Release&Strength		Back & Arm	Basic						
		Rina.A	karin.N		Rina.A	未確定						
		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00						
Basic	Back & Arm	Pilates Barre	Pilates Cardio									
karin.N	Rina.A	Miharu.H	aiko.k									

pilatesK 春日店

【 05/25 ~ 05/31 】 スケジュール

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	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30			
Basic	Hip & Leg			Release&Strength	Pilates Cardio	Basic			
未確定	karin.N			natsuki.s	Karin.M	未確定			
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00			12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30			
Back & Arm	Reset Flow			Waist	Body Balance	Waist			
Rina.A	karin.N			Rina.A	karin.N	Rina.A			
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30			14:00 ~ 15:00	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		
Basic	Pilates Cardio			Basic	Back & Arm	Back & Arm	Reset Flow		
未確定	Karin.M			未確定	Rina.A	Rina.A	karin.N		
close	15:00 ~ 16:00			15:30 ~ 16:30	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		
	Basic	Body Balance	Pilates Barre	Shape up waist					
	未確定	karin.N	Karin.M	natsuki.s					
	17:30 ~ 18:30	close	close	17:30 ~ 18:30		close			
	Pilates Barre			Waist					
	Karin.M			Rina.A					
	18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close
	Waist			Shape up waist			Waist	Basic	
	Rina.A			natsuki.s			Rina.A	未確定	
	19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
Release&Strength	Stretch & Conditioning			Basic	Shape up waist				
natsuki.s	natsuki.s			未確定	natsuki.s				
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				
Shape up waist	Pre Basic	Back & Arm	Basic						
natsuki.s	karin.N	Rina.A	未確定						

👉 : 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時間前迄にお申し立てしております。
 ・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。