

【 05/01 ~ 05/08 】 スケジュール

2020/04/20 更新

pilatesK 表参道店		【 05/01 ~ 05/08 】 スケジュール						2020/04/20 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 jump to burn Rino.K	10:30 ~ 11:30 Basic kanako.t	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg sakura.k	close	10:30 ~ 11:30 Waist sakura.k	10:30 ~ 11:30 Pre Basic Rino.K	close	10:30 ~ 11:30 Shape up waist Sena.K	
12:00 ~ 13:00 Waist sakura.k	12:00 ~ 13:00 Shape up waist Sena.K	12:30 ~ 13:00 Pilates Cardio kanako.t		12:00 ~ 13:00 Pre Basic Rino.K	12:00 ~ 13:00 Release&Strength Sena.K		12:00 ~ 13:00 Body Balance kanako.t	
13:30 ~ 14:30 Back & Arm Rino.K	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg sakura.k	14:30 ~ 15:30 Waist sakura.k		13:30 ~ 14:30 Release&Strength Sena.K	13:30 ~ 14:30 Waist sakura.k		13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning Sena.K	
	15:00 ~ 16:00 Stretch & Conditioning Sena.K	16:30 ~ 17:30 Basic kanako.t		15:00 ~ 16:00 Hip & Leg sakura.k	15:00 ~ 16:00 Back & Arm Rino.K			
	17:30 ~ 18:30 Body Balance kanako.t			17:30 ~ 18:30 jump to burn Rino.K	17:30 ~ 18:30 Shape up waist Sena.K			
18:00 ~ 19:00 Basic Sena.K							18:00 ~ 19:00 Body Balance kanako.t	18:00 ~ 19:00 Pre Basic Rino.K
19:30 ~ 20:30 Hip & Leg sakura.k							19:30 ~ 20:30 jump to burn Rino.K	19:30 ~ 20:30 Pilates Cardio kanako.t
21:00 ~ 22:00 Pilates Cardio Sena.K							21:00 ~ 22:00 Basic kanako.t	21:00 ~ 22:00 Back & Arm Rino.K

【 05/09 ~ 05/16 】 スケジュール

pilatesK 表参道店		【 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 Hip & Leg sakura.k	10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio Sena.K	close	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Rino.K	10:30 ~ 11:30 Body Balance kanako.t	close	10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning Sena.K	10:30 ~ 11:30 Waist Rino.K		
12:00 ~ 13:00 Basic kanako.t	12:30 ~ 13:00 Back & Arm Rino.K		12:00 ~ 13:00 Release&Strength Sena.K	12:30 ~ 13:00 Basic Sena.K		12:00 ~ 13:00 Waist Rino.K	12:00 ~ 13:00 Back & Arm SENA.K		
13:30 ~ 14:30 Back & Arm SENA.K	14:30 ~ 15:30 Basic Sena.K		13:30 ~ 14:30 Waist sakura.k				13:30 ~ 14:30 jump to burn Sena.K	13:30 ~ 14:30 Pilates Cardio kanako.t	
15:00 ~ 16:00 Release&Strength kanako.t	16:30 ~ 17:30 Waist Rino.K							15:00 ~ 16:00 Hip & Leg kanako.t	
17:30 ~ 18:30 Waist sakura.k								17:30 ~ 18:30 Pre Basic Rino.K	
				18:00 ~ 19:00 Hip & Leg kanako.t		18:00 ~ 19:00 Waist Rino.K	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg sakura.k	18:00 ~ 19:00 Release&Strength kanako.t	
				19:30 ~ 20:30 Shape up waist Sena.K		19:30 ~ 20:30 Hip & Leg sakura.k	19:30 ~ 20:30 Pilates Cardio Sena.K	19:30 ~ 20:30 Pre Basic Rino.K	
				21:00 ~ 22:00 Body Balance kanako.t		21:00 ~ 22:00 jump to burn Rino.K	21:00 ~ 22:00 Waist sakura.k	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg sakura.k	

・休職可能レッスン  
 ・クラスの個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週間前までお問い合わせしております。  
 ・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 表参道店

【 05/17 ~ 05/24 】 スケジュール

2026/04/30 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 Back&Arm Rino.K	10:30 ~ 11:30 Hip&Leg sakura.k	10:30 ~ 11:30 Release&Strength kanako.t	10:30 ~ 11:30 Pre Basic Rino.K	close	10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio kanako.t	10:30 ~ 11:30 Shape up waist Sena.K	10:30 ~ 11:30 Hip&Leg sakura.k	
12:30 ~ 13:30 Body Balance kanako.t	12:00 ~ 13:00 Shape up waist Sena.K	12:00 ~ 13:00 Hip&Leg sakura.k	12:30 ~ 13:30 jump to burn Sena.K		12:00 ~ 13:00 Back&Arm Rino.K	12:00 ~ 13:00 Waist sakura.k	12:30 ~ 13:30 Pre Basic Rino.K	
14:30 ~ 15:30 Hip&Leg Rino.K	13:30 ~ 14:30 Waist sakura.k	13:30 ~ 14:30 Basic kanako.t			13:30 ~ 14:30 Release&Strength kanako.t	13:30 ~ 14:30 jump to burn Rino.K	14:30 ~ 15:30 Waist sakura.k	
16:30 ~ 17:30 Basic kanako.t	~					15:00 ~ 16:00 Pre Basic Rino.K	16:30 ~ 17:30 Back&Arm Rino.K	
	~						17:30 ~ 18:30 Hip&Leg sakura.k	
	18:00 ~ 19:00 Back&Arm Rino.K	18:00 ~ 19:00 jump to burn Sena.K	18:00 ~ 19:00 Hip&Leg sakura.k		18:00 ~ 19:00 Pilates Cardio kanako.t	18:00 ~ 19:00 Basic Sena.K		
	19:30 ~ 20:30 Release&Strength Sena.K	19:30 ~ 20:30 Waist sakura.k	19:30 ~ 20:30 Back&Arm kanako.t		19:30 ~ 20:30 Hip&Leg sakura.k	19:30 ~ 20:30 Waist Rino.K		
	21:00 ~ 22:00 Pre Basic Rino.K	21:00 ~ 22:00 Shape up waist Sena.K	21:00 ~ 22:00 Waist sakura.k		21:00 ~ 22:00 Body Balance kanako.t	21:00 ~ 22:00 Stretch&Conditioning Sena.K		

pilatesK 表参道店

【 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
close	10:30 ~ 11:30 Waist sakura.k		close	close	close	10:30 ~ 11:30 jump to burn Sena.K
	12:00 ~ 13:00 Shape up waist Sena.K					12:30 ~ 13:30 Release&Strength kanako.t
	13:30 ~ 14:30 Hip&Leg sakura.k	14:00 ~ 15:00 Pilates Cardio Sena.K				14:30 ~ 15:30 Pre Basic Rino.K
	15:00 ~ 16:00 Stretch&Conditioning Sena.K	15:30 ~ 16:30 Pre Basic Rino.K				16:30 ~ 17:30 Pilates Cardio kanako.t
	17:30 ~ 18:30 Basic 未確定					
		18:00 ~ 19:00 Waist sakura.k				18:00 ~ 19:00 Hip&Leg sakura.k
		19:30 ~ 20:30 jump to burn Rino.K				19:30 ~ 20:30 Pre Basic Rino.K
		21:00 ~ 22:00 Hip&Leg sakura.k				21:00 ~ 22:00 Waist sakura.k

・休職可能レッスン  
 ・クラスの個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サイトまでご確認ください。  
 ・ご予約されたレッスンをキャンセルされる場合は、1週間前までにお申し込みください。  
 ・レッスン開始時間1週間前までのキャンセルは前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に引当り制限されます。