

pilatesK 泉中央店

【 05/01 ~ 05/08 】 スケジュール

2026/05/10 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 Release&Strength Liina.s	10:30 ~ 11:30 Shape up waist Meiko.N	10:30 ~ 11:30 Waist Ami.k	close	10:30 ~ 11:30 Waist Ami.k	10:30 ~ 11:30 Back&Arm Ami.k	close	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Mizuki.T
12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Meiko.N	12:00 ~ 13:00 Basic Ami.k	12:30 ~ 13:30 Back & Arm Shiori.H		12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning Kanna.a	12:00 ~ 13:00 Pre Basic Meiko.N		12:00 ~ 13:00 Pilates Cardio Liina.s
13:30 ~ 14:30 Pilates Barre Liina.s	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Meiko.N	14:30 ~ 15:30 Basic Ami.k		13:30 ~ 14:30 Back & Arm Ami.k	13:30 ~ 14:30 Waist Ami.k		13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Mizuki.T
close	15:00 ~ 16:00 Back & Arm Ami.k	16:30 ~ 17:30 Back & Arm Shiori.H		15:00 ~ 16:00 Pre Basic Kanna.a	15:00 ~ 16:00 Pilates Barre Meiko.N		close
	close	close		17:30 ~ 18:30 Waist Ami.k	17:30 ~ 18:30 Basic Ami.k		
	17:30 ~ 18:30 Basic mizuki.o			close	17:30 ~ 18:30 Release&Strength Liina.s		
19:00 ~ 20:00 Shape up waist Meiko.N	19:00 ~ 20:00 Pre Basic Meiko.N	19:00 ~ 20:00 Hip & Leg Meiko.N					
20:30 ~ 21:30 Waist mizuki.o	20:30 ~ 21:30 Shape up waist Meiko.N	20:30 ~ 21:30 Basic Meiko.N					

pilatesK 泉中央店

【 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 Release&Strength Liina.s	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Meiko.N	close	10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio Liina.s	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Meiko.N	close	close	close	
12:00 ~ 13:00 Waist Ami.k	12:00 ~ 13:00 Waist Ami.k		12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Meiko.N	12:00 ~ 13:00 Basic Ami.k				
13:30 ~ 14:30 Pilates Cardio Liina.s	14:30 ~ 15:30 Pre Basic Meiko.N		13:30 ~ 14:30 Release&Strength Liina.s	close				
15:00 ~ 16:00 Basic Ami.k	16:30 ~ 17:30 Back & Arm Ami.k		close					
close	close							
17:30 ~ 18:30 Back & Arm Liina.s				17:30 ~ 18:30 Pre Basic Meiko.N				17:30 ~ 18:30 Basic Ami.k
close			close	19:00 ~ 20:00 Waist Ami.k				19:00 ~ 20:00 Pilates Cardio Liina.s
	20:30 ~ 21:30 Back & Arm Ami.k			20:30 ~ 21:30 Back & Arm Liina.s				20:30 ~ 21:30 Pilates Barre Liina.s

🟢：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										
10:30 ~ 11:30 Basic Ami.k	close	10:30 ~ 11:30 Shape up waist Meiko.N	10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio Liina.s	close	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Sakura	10:30 ~ 11:30 Basic Meiko.N	10:30 ~ 11:30 Release&Strength Liina.s										
12:30 ~ 13:30 Hip & Leg Meiko.N		12:00 ~ 13:00 Basic Ami.k	12:00 ~ 13:00 Shape up waist Meiko.N		12:00 ~ 13:00 Release&Strength Liina.s	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Meiko.N	12:30 ~ 13:30 Basic 未確定										
14:30 ~ 15:30 Waist Ami.k		13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Meiko.N	close		close	13:30 ~ 14:30 Basic 未確定	13:30 ~ 14:30 Pilates Barre Liina.s	14:30 ~ 15:30 Pilates Cardio Liina.s									
16:30 ~ 17:30 Pilates Barre Meiko.N		close				close	close	close	15:00 ~ 16:00 Back & Arm Liina.s	16:30 ~ 17:30 Shape up waist Meiko.N							
close									close	close	close	close	17:30 ~ 18:30 Pilates Barre Liina.s	close			
													17:30 ~ 18:30 Back & Arm Mizuki.T		17:30 ~ 18:30 Waist Ami.k	17:30 ~ 18:30 Basic Ami.k	
													19:00 ~ 20:00 Back & Arm Ami.k		19:00 ~ 20:00 Hip & Leg Meiko.N	19:00 ~ 20:00 Basic 未確定	19:00 ~ 20:00 Pilates Cardio Liina.s
													20:30 ~ 21:30 Pilates Cardio Liina.s		20:30 ~ 21:30 Pre Basic Mizuki.T	20:30 ~ 21:30 Hip & Leg Meiko.N	20:30 ~ 21:30 Waist Ami.k
													17:30 ~ 18:30 Pilates Barre Liina.s		17:30 ~ 18:30 Back & Arm Mizuki.T	17:30 ~ 18:30 Waist Ami.k	17:30 ~ 18:30 Basic Ami.k
													19:00 ~ 20:00 Back & Arm Ami.k		19:00 ~ 20:00 Hip & Leg Meiko.N	19:00 ~ 20:00 Basic 未確定	19:00 ~ 20:00 Pilates Cardio Liina.s
	20:30 ~ 21:30 Pilates Cardio Liina.s			20:30 ~ 21:30 Pre Basic Mizuki.T									20:30 ~ 21:30 Hip & Leg Meiko.N		20:30 ~ 21:30 Waist Ami.k		
	17:30 ~ 18:30 Pilates Barre Liina.s			17:30 ~ 18:30 Back & Arm Mizuki.T									17:30 ~ 18:30 Waist Ami.k		17:30 ~ 18:30 Basic Ami.k		
	19:00 ~ 20:00 Back & Arm Ami.k		19:00 ~ 20:00 Hip & Leg Meiko.N	19:00 ~ 20:00 Basic 未確定	19:00 ~ 20:00 Pilates Cardio Liina.s												
	20:30 ~ 21:30 Pilates Cardio Liina.s	20:30 ~ 21:30 Pre Basic Mizuki.T	20:30 ~ 21:30 Hip & Leg Meiko.N	20:30 ~ 21:30 Waist Ami.k													

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 jump to burn MIZUKI.t	10:30 ~ 11:30 Release&Strength Liina.s	14:00 ~ 15:00 jump to burn MIZUKI.t	close	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre Liina.s	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Ami.k	10:30 ~ 11:30 Back & Spine MIZUKI.t											
12:00 ~ 13:00 Pre Basic Meiko.N	12:00 ~ 13:00 Pilates Barre Meiko.N	15:30 ~ 16:30 Basic 未確定		12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning MIZUKI.t	12:00 ~ 13:00 Pilates Barre Meiko.N	12:30 ~ 13:30 Waist Ami.k											
13:30 ~ 14:30 Hip & Leg MIZUKI.t	13:30 ~ 14:30 Shape up waist Meiko.N	close		close	13:30 ~ 14:30 Basic 未確定	13:30 ~ 14:30 Waist Ami.k	14:30 ~ 15:30 jump to burn MIZUKI.t										
15:00 ~ 16:00 Shape up waist Meiko.N	15:00 ~ 16:00 Pilates Cardio Liina.s				close	close	close	15:00 ~ 16:00 Hip & Leg Meiko.N	16:30 ~ 17:30 Basic Ami.k								
close	close							close	close	close	17:30 ~ 18:30 Stretch & Conditioning Ami.k	close					
											17:30 ~ 18:30 Waist Meiko.N		17:30 ~ 18:30 Stretch & Conditioning MIZUKI.t	17:30 ~ 18:30 Shape up waist Meiko.N			
											19:00 ~ 20:00 Back & Spine MIZUKI.t		19:00 ~ 20:00 Back & Arm Ami.k	19:00 ~ 20:00 jump to burn MIZUKI.t			
											20:30 ~ 21:30 Basic 未確定		20:30 ~ 21:30 Back & Spine MIZUKI.t	20:30 ~ 21:30 Pre Basic Meiko.N			
											17:30 ~ 18:30 Stretch & Conditioning MIZUKI.t		17:30 ~ 18:30 Basic 未確定	close	close	close	close
											19:00 ~ 20:00 Back & Spine MIZUKI.t		19:00 ~ 20:00 Back & Arm Ami.k				
			20:30 ~ 21:30 Basic 未確定								20:30 ~ 21:30 Back & Spine MIZUKI.t		20:30 ~ 21:30 Pre Basic Meiko.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。