

pilatesK 渋谷店

【 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	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Reset Flow	Hip & Leg	Basic		Back & Arm	Hip & Leg	Pre Basic	Hip Punch
makiho	Azumi.S	Azumi.S		Seina.t	Azumi.S	Mirai.B	Mirai.B
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00
Hip Punch	Back & Arm	Reset Flow		Hip Punch	Reset Flow	Hip & Leg	Animal Stretch
makiho	Seina.t	makiho		makiho	makiho	Azumi.S	Mirai.B
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30
Animal Stretch	Pilates Workout	Hip & Leg		Pilates Barre	Stretch & Conditioning	Pilates Workout	Pilates Barre
Mirai.B	makiho	Azumi.S		RIRI.G	RIRI.G	Mirai.B	RIRI.G
close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	close	close
	Basic	Back & Spine		Reset Flow	Back & Spine		
	Azumi.S	makiho		makiho	makiho		
	16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30		16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30		
Waist	close	close		Waist	Basic		
Seina.t				Seina.t	Azumi.S		
18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
Reset Flow			Release&Strength	Shape up waist			
makiho			RIRI.G	RIRI.G			
18:00 ~ 19:00	close	close	close	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
Shape up waist					Release&Strength	Basic	
RIRI.G					RIRI.G	Azumi.S	
19:30 ~ 20:30					19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
Pre Basic					Hip & Leg	Shape up waist	
Mirai.B					Azumi.S	RIRI.G	
21:00 ~ 22:00					21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
Pilates Barre					Shape up waist	Hip & Leg	
RIRI.G					RIRI.G	Azumi.S	

pilatesK 渋谷店

【 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				
Animal Stretch	Waist	Hip & Leg	Pilates Barre	Stretch & Conditioning	Hip Punch	Reset Flow	Back & Spine				
Mirai.B	Seina.t	RIRI.G	RIRI.G	RIRI.G	Mirai.B	makiho	makiho				
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 Barre	Pre Basic	Back & Arm	Basic	Hip & Leg	Back & Spine	Hip Punch				
Azumi.S	RIRI.G	makiho	Seina.t	Azumi.S	Azumi.S	makiho	Mirai.B				
13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30				
Back & Spine	Back & Arm	Release&Strength	Shape up waist	Hip & Leg	Animal Stretch	Pilates Barre	Stretch & Conditioning				
makiho	Seina.t	RIRI.G	RIRI.G	Azumi.S	Mirai.B	RIRI.G	RIRI.G				
15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	close	close	close	close	close	15:00 ~ 16:00				
Reset Flow	Stretch & Conditioning						Pilates Workout				
Mirai.B	RIRI.G						Mirai.B				
16:30 ~ 17:30	close						close	close	close	close	16:30 ~ 17:30
Basic		Pre Basic									
Azumi.S		makiho									
18:00 ~ 19:00	close	close	close	close	close	close	18:00 ~ 19:00				
Pilates Workout							Pilates Barre				
makiho							RIRI.G				
close							close	close	close	close	close
	Back & Arm	Back & Spine	Pilates Workout	Back & Arm	Hip Punch						
	Seina.t	makiho	makiho	Seina.t	Mirai.B						
	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30					
Pilates Workout	Waist	Reset Flow	Basic	Release&Strength							
makiho	Seina.t	makiho	Azumi.S	RIRI.G							
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00					
Waist	Reset Flow	Back & Arm	Waist	Animal Stretch							
Seina.t	makiho	Seina.t	Seina.t	Mirai.B							

- 🟢：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 渋谷店

【 05/17 ~ 05/24 】 スケジュール

2026/04/14 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	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
Pre Basic	Back & Spine	Basic	Pilates Workout	Basic	Shape up waist	Basic	Waist
makiho	makiho	未確定	Mirai.B	未確定	RIRI.G	未確定	Seina.t
12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30
Animal Stretch	Basic	Waist	Basic	Hip Punch	Pilates Barre	Waist	Reset Flow
Mirai.B	未確定	Seina.t	未確定	Mirai.B	RIRI.G	Seina.t	makiho
14:30 ~ 15:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30
Reset Flow	Hip & Leg	Release&Strength	Hip Punch	Shape up waist	Basic	Pilates Workout	Back & Arm
makiho	Azumi.S	RIRI.G	makiho	Mirai.B	未確定	makiho	Seina.t
16:30 ~ 17:30						15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30
Hip Punch						Back & Arm	Pilates Workout
Mirai.B						Seina.t	makiho
	close	close	close	close	close	16:30 ~ 17:30	
						Shape up waist	
						RIRI.G	
						18:00 ~ 19:00	
						Reset Flow	
						makiho	
	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		close
close	Pilates Barre	Basic	Back & Arm	Waist	Reset Flow		
	RIRI.G	未確定	Seina.t	Seina.t	Mirai.B		
	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
	Basic	Back & Arm	Waist	Basic	Animal Stretch	close	
	Azumi.S	Seina.t	Seina.t	未確定	Mirai.B		
	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		
	Stretch & Conditioning	Pilates Barre	Release&Strength	Back & Arm	Basic		
	RIRI.G	RIRI.G	RIRI.G	Seina.t	未確定		

pilatesK 渋谷店

【 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		10:30 ~ 11:30			10:30 ~ 11:30
Hip & Leg	Pilates Workout		Back & Arm			Hip Punch
RIRI.G	Mirai.B	close	Seina.t			Mirai.B
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00			12:30 ~ 13:30
Basic	Waist		Basic			Back & Spine
未確定	Seina.t		未確定			makiho
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:00 ~ 15:00	13:30 ~ 14:30			14:30 ~ 15:30
Shape up waist	Basic	Pilates Barre	Waist			Pilates Barre
RIRI.G	未確定	RIRI.G	Seina.t			RIRI.G
	15:00 ~ 16:00	15:30 ~ 16:30				16:30 ~ 17:30
	Back & Arm	Waist				Release&Strength
	Seina.t	Seina.t				Mirai.B
	close	close	close	close	close	
						close
18:00 ~ 19:00	17:30 ~ 18:30	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			
Animal Stretch	Stretch & Conditioning	Shape up waist	Pilates Workout			
Mirai.B	Mirai.B	RIRI.G	makiho			
19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
Hip Punch		Back & Arm	Basic			
Mirai.B		Seina.t	未確定			
21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
Basic		Basic	Hip Punch			
未確定		未確定	makiho			

👉 : 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。