

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

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

🟢：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

2026/04/16 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。