

06/01	06/02	06/03	06/04	06/05	06/06	06/07	06/08						
月	火	水	木	金	土	日	月						
close	10:30 ~ 11:30 Basic Fuka.y	10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio Leika.K	close	close	10:30 ~ 11:30 Release&Strength Satomi.N	10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio Leika.K	close						
	12:00 ~ 13:00 Release&Strength Fuka.y	12:30 ~ 13:30 Basic ASUKA.K			12:00 ~ 13:00 jump to burn ASUKA.K	12:30 ~ 13:30 Waist 未定							
	13:30 ~ 14:30 Waist ASUKA.K	close			13:30 ~ 14:30 Basic Satomi.N	14:30 ~ 15:30 Back & Arm Leika.K							
	close				18:00 ~ 19:00 Pre Basic Leika.K	18:00 ~ 19:00 Body Balance Satomi.N		15:00 ~ 16:00 Stretch & Conditioning ASUKA.K	16:30 ~ 17:30 Basic 未定				
					19:30 ~ 20:30 jump to burn ASUKA.K	19:30 ~ 20:30 Waist ASUKA.K		close	close				
					21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Leika.K	21:00 ~ 22:00 Release&Strength Satomi.N							
					close	close				17:30 ~ 18:30 Body Balance Satomi.N			
										close	close		
												close	close

06/09	06/10	06/11	06/12	06/13	06/14	06/15	06/16							
火	水	木	金	土	日	月	火							
10:30 ~ 11:30 jump to burn ASUKA.K	10:30 ~ 11:30 Pre Basic Leika.K	close	10:30 ~ 11:30 Release&Strength Satomi.N	10:30 ~ 11:30 Basic Satomi.N	10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning ASUKA.K	close	10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning Fuka.y							
12:00 ~ 13:00 Body Balance Satomi.N	12:30 ~ 13:30 jump to burn ASUKA.K		12:00 ~ 13:00 Pre Basic Leika.K	12:00 ~ 13:00 Pilates Cardio Leika.K	12:30 ~ 13:30 Basic Satomi.N		12:00 ~ 13:00 Basic ASUKA.K							
13:30 ~ 14:30 Basic ASUKA.K	close		13:30 ~ 14:30 Basic Satomi.N	13:30 ~ 14:30 Body Balance Satomi.N	14:30 ~ 15:30 jump to burn ASUKA.K		13:30 ~ 14:30 jump to burn Fuka.y							
close			18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Leika.K	18:00 ~ 19:00 Release&Strength Satomi.N	18:00 ~ 19:00 Pilates Cardio Leika.K		close	18:00 ~ 19:00 Body Balance Satomi.N						
			19:30 ~ 20:30 Release&Strength Satomi.N	19:30 ~ 20:30 Basic ASUKA.K	19:30 ~ 20:30 Body Balance Satomi.N			19:30 ~ 20:30 Waist ASUKA.K						
			21:00 ~ 22:00 Back & Arm Leika.K	21:00 ~ 22:00 Pilates Cardio Leika.K	21:00 ~ 22:00 Body Balance Satomi.N			21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Leika.K	21:00 ~ 22:00 Pre Basic Satomi.N					
			close	close	close			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 刈羽岐阜店

【 06/17 ~ 06/24 】 スケジュール

2026/05/13 更新

06/17	06/18	06/19	06/20	06/21	06/22	06/23	06/24			
水	木	金	土	日	月	火	水			
10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30			
Body Balance		Hip & Leg	Body Balance	Basic		Release&Strength	Waist			
Satomi.N		Leika.K	Satomi.N	Satomi.N		Satomi.N	Satomi.N			
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30			
Release&Strength		Body Balance	Pre Basic	Stretch & Conditioning		Waist	Stretch & Conditioning			
Satomi.N		Satomi.N	Leika.K	Monami.O		Satomi.N	Leika.K			
close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close			
		Pre Basic	Release&Strength	Waist		Body Balance				
		Leika.K	Satomi.N	Satomi.N		Satomi.N				
		15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30				
close	close	close	close	close	close	close	close			
								17:30 ~ 18:30	Pilates Cardio	Leika.K
								18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
Basic	Hip & Leg	jump to burn	close	close	18:00 ~ 19:00	Hip & Leg	Hip & Leg			
ASUKA.K	Leika.K	ASUKA.K			Leika.K	Leika.K				
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
Waist	Basic	Release&Strength			close	Stretch & Conditioning	Basic			
ASUKA.K	ASUKA.K	Satomi.N	Leika.K	Satomi.N						
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00				
jump to burn	Waist	Basic	close	close	21:00 ~ 22:00	Back & Arm	Release&Strength			
ASUKA.K	ASUKA.K	ASUKA.K			Leika.K	Satomi.N				

pilatesK 刈羽岐阜店

【 06/25 ~ 06/30 】 スケジュール

06/25	06/26	06/27	06/28	06/29	06/30				
木	金	土	日	月	火				
close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30				
	Pre Basic	Waist	Hip & Leg	Back & Arm	Basic				
	Leika.K	Satomi.N	Leika.K	未定	Satomi.N				
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00				
	Stretch & Conditioning	Back & Arm	Back & Arm	Basic	Back & Arm				
	Leika.K	未定	未定	Satomi.N	未定				
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30				
	Back & Arm	Basic	Pilates Cardio	Release&Strength	Waist				
	未定	Satomi.N	Leika.K	Satomi.N	Satomi.N				
	close	close	close	close	close	close			
15:00 ~ 16:00							16:30 ~ 17:30	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30
Back & Arm							Back & Arm	未定	未定
未定							未定	未定	未定
close	close	close	close	close	close				
						17:30 ~ 18:30	Hip & Leg	Satomi.N	
						18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
Stretch & Conditioning	Basic	close	close	18:00 ~ 19:00	Back & Arm	Pre Basic			
Leika.K	Satomi.N			未定	Leika.K				
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				
Pre Basic	Back & Arm			close	Stretch & Conditioning	Back & Arm			
Leika.K	未定	Leika.K	未定						
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00						
Hip & Leg	Body Balance	close	close	21:00 ~ 22:00	Pre Basic	Hip & Leg			
Leika.K	Satomi.N			Leika.K	Leika.K				

👉 : 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。