

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

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

【 06/17 ~ 06/24 】 スケジュール

2026/05/12 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	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
Hip Punch Mirai.B	Back & Arm Seina.t	Basic Mirai.B	Back & Spine makiho	Waist Rena.j	Pilates Workout makiho	Hip Punch Mirai.B	Hip & Leg Azumi.S
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00
Basic Azumi.S	Hip & Leg Azumi.S	Hip Punch Mirai.B	Reset Flow NOERU.S	Back & Spine makiho	Waist Rena.j	Animal Stretch Mirai.B	Reset Flow makiho
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30
Animal Stretch Mirai.B	Basic Azumi.S	Hip & Leg Azumi.S	Shape up waist RIRI.G	Waist Rena.j	Back & Arm Seina.t	Hip & Leg Azumi.S	Waist Rena.j
close	close	close	15:00 ~ 16:00 Pre Basic makiho	16:30 ~ 17:30 Hip Punch makiho	close	close	close
			16:30 ~ 17:30 Hip Punch NOERU.S	close			
			18:00 ~ 19:00 Pilates Barre RIRI.G				
			18:00 ~ 19:00 Back & Arm Seina.t				
19:30 ~ 20:30 Back & Spine makiho	19:30 ~ 20:30 Waist Rena.j	19:30 ~ 20:30 Shape up waist RIRI.G	close	19:30 ~ 20:30 Basic Azumi.S	19:30 ~ 20:30 Pilates Barre RIRI.G	19:30 ~ 20:30 Shape up waist RIRI.G	
21:00 ~ 22:00 Waist Seina.t	21:00 ~ 22:00 Shape up waist RIRI.G	21:00 ~ 22:00 Pilates Barre RIRI.G	close	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Azumi.S	21:00 ~ 22:00 Release&Strength RIRI.G	21:00 ~ 22:00 Pilates Barre RIRI.G	

pilatesK 渋谷店

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

👉 : 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。