

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 Satomi.N								
	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 Satomi.N					
					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				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 jump to burn 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 ASUKA.K		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 Stretch & Conditioning Leika.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		16:30 ~ 17:30 Pilates Cardio Leika.K	close							
			19:30 ~ 20:30 Release&Strength Satomi.N	19:30 ~ 20:30 Basic ASUKA.K	19:30 ~ 20:30 Body Balance Satomi.N		close								
			21:00 ~ 22:00 Back & Arm Leika.K	21:00 ~ 22:00 Pilates Cardio Leika.K	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Leika.K				17:30 ~ 18:30 Release&Strength Satomi.N						
			close	close	close				close	close	18:00 ~ 19:00 Body Balance Satomi.N				
											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

2026/05/29 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	
12:00 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:00		12:30 ~ 13:00	12:30 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30
Release&Strength		Body Balance	Basic	Stretch & Conditioning		Waist	Stretch & Conditioning	
Satomi.N		Satomi.N	ASUKA.K	Monami.O		ASUKA.K	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	16:30 ~ 17:30		close		
Waist	Release&Strength	Release&Strength						
ASUKA.K	Monami.O	Monami.O						
17:30 ~ 18:30	close	close	close	close	close	close		
jump to burn								
ASUKA.K								
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		
Basic	Hip & Leg	Stretch & Conditioning			jump to burn	Hip & Leg		
ASUKA.K	Leika.K	ASUKA.K			ASUKA.K	Leika.K		
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			close	close	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
Hip & Leg	Basic	Release&Strength	Pre Basic	Basic				
Leika.K	ASUKA.K	Satomi.N	Leika.K	Satomi.N				
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	close	close	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		
jump to burn	Waist	Basic			Hip & Leg	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 ~ 13:00	12:30 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00
	Stretch & Conditioning	Back & Arm	Back & Arm	Basic	Back & Arm
	Leika.K	未定	未定	Satomi.N	Leika.K
	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
	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30	close	close
Back & Arm	Back & Arm				
未定	未定				
17:30 ~ 18:30	close	close	close	close	
Hip & Leg					
Satomi.N					
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
Stretch & Conditioning	Basic			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	Pilates Cardio	close	close	Stretch & Conditioning	Back & Arm
Leika.K	Leika.K			Leika.K	未定
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
Hip & Leg	Body Balance	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。