

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 Shape up waist Sena.k	10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning Sena.k	close	10:30 ~ 11:30 jump to burn Rino.K	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre kanako.t	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Sakura.K	close
	12:00 ~ 13:00 Pre Basic Rino.K	12:00 ~ 13:00 Pilates Barre kanako.t		12:00 ~ 13:00 Body Balance kanako.t	12:00 ~ 13:00 Back & Arm Rino.K	12:30 ~ 13:30 Basic kanako.t	
	13:30 ~ 14:30 Release & Strength Sena.k	~		13:30 ~ 14:30 Back & Arm Rino.K	13:30 ~ 14:30 Pilates Cardio Sena.k	14:30 ~ 15:30 Shape up waist Sena.k	
	~	~		~	15:00 ~ 16:00 Pre Basic Rino.K	16:30 ~ 17:30 Waist Sakura.K	
	~	~		~	~	~	
	~	~		~	17:30 ~ 18:30 Release & Strength kanako.t	~	
	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Sakura.K	18:00 ~ 19:00 jump to burn Rino.K		18:00 ~ 19:00 Pre Basic Rino.K	18:00 ~ 19:00 Waist Sakura.K	~	
	19:30 ~ 20:30 Back & Arm Rino.K	19:30 ~ 20:30 Body Balance kanako.t		19:30 ~ 20:30 Pilates Barre kanako.t	19:30 ~ 20:30 Basic Sena.k	~	
	21:00 ~ 22:00 Waist Sakura.K	21:00 ~ 22:00 Pre Basic Rino.K		21:00 ~ 22:00 Waist Sakura.K	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Sakura.K	~	

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 Waist Sakura.K	10:30 ~ 11:30 Pre Basic Rino.K	close	10:30 ~ 11:30 Release & Strength Sena.k	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Rino.K	10:30 ~ 11:30 Waist Sakura.K	close	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Sakura.K	
12:00 ~ 13:00 Basic kanako.t	12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning Sena.k		12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Sakura.K	12:00 ~ 13:00 Pilates Cardio Sena.k	12:30 ~ 13:30 Back & Arm Rino.K		12:00 ~ 13:00 Body Balance kanako.t	
13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Sakura.K	~		13:30 ~ 14:30 Body Balance Sena.k	13:30 ~ 14:30 Pilates Barre kanako.t	14:30 ~ 15:30 Hip & Leg Sakura.K		13:30 ~ 14:30 Waist Sakura.K	
~	~		~	15:00 ~ 16:00 Waist Rino.K	16:30 ~ 17:30 Pre Basic Rino.K		~	
~	~		~	~	~		~	
~	~		~	17:30 ~ 18:30 Basic kanako.t	~		~	
18:00 ~ 19:00 Back & Arm Rino.K	18:00 ~ 19:00 Pilates Cardio kanako.t		18:00 ~ 19:00 Basic kanako.t	18:00 ~ 19:00 Pilates Barre kanako.t	~		~	18:00 ~ 19:00 Shape up waist Sena.k
19:30 ~ 20:30 Release & Strength kanako.t	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Sakura.K		19:30 ~ 20:30 Shape up waist Sena.k	19:30 ~ 20:30 Waist Sakura.K	~		~	19:30 ~ 20:30 Pre Basic Rino.K
21:00 ~ 22:00 jump to burn Rino.K	21:00 ~ 22:00 Body Balance kanako.t		21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Sakura.K	21:00 ~ 22:00 Basic kanako.t	~		~	21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning Sena.k

・休職可能レッスン

・クラスの個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週間前までお問い合わせしております。

・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 表参道店

【 06/17 ~ 06/24 】 スケジュール

2026/05/15 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 jump to burn Rino.K	close	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Sakura.K	10:30 ~ 11:30 Shape up waist Sena.k	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Rino.K	close	10:30 ~ 11:30 Waist Sakura.K	10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio kanako.t	
12:30 ~ 13:30 Pre Basic Rino.K		12:00 ~ 13:00 Release & Strength Sena.k	12:00 ~ 13:00 Waist Sakura.K	12:30 ~ 13:30 Pilates Barre kanako.t		12:00 ~ 13:00 Pre Basic Rino.K	12:30 ~ 13:30 Waist Sakura.K	
~		13:30 ~ 14:30 Waist Sakura.K	13:30 ~ 14:30 Back & Arm Rino.K	14:30 ~ 15:30 jump to burn Rino.K		13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Sakura.K	~	
~		~	15:00 ~ 16:00 Body Balance Sena.k	16:30 ~ 17:30 Basic kanako.t		~	~	
~		~	~	~		~	~	
~		~	~	17:30 ~ 18:30 Pre Basic Rino.K		~	~	
18:00 ~ 19:00 Pilates Barre kanako.t		18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Sakura.K	18:00 ~ 19:00 Pre Basic Rino.K	~		~	18:00 ~ 19:00 Release & Strength kanako.t	18:00 ~ 19:00 Basic Sena.k
19:30 ~ 20:30 Waist Sakura.K		19:30 ~ 20:30 Release & Strength kanako.t	19:30 ~ 20:30 Pilates Cardio Sena.k	~		~	19:30 ~ 20:30 jump to burn Sena.k	19:30 ~ 20:30 Back & Arm Rino.K
21:00 ~ 22:00 Hip & Leg kanako.t		21:00 ~ 22:00 Waist Sakura.K	21:00 ~ 22:00 Back & Arm Rino.K	~		~	21:00 ~ 22:00 Pilates Barre kanako.t	21:00 ~ 22:00 Shape up waist Sena.k

pilatesK 表参道店

【 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 Back & Arm Rino.K	10:30 ~ 11:30 Basic 未確定	10:30 ~ 11:30 Shape up waist Sena.k	close	10:30 ~ 11:30 Basic 未確定	
	12:00 ~ 13:00 Shape up waist Sena.k	12:00 ~ 13:00 jump to burn Rino.K	12:30 ~ 13:30 Basic 未確定		12:00 ~ 13:00 Pilates Barre kanako.t	
	13:30 ~ 14:30 Basic 未確定	13:30 ~ 14:30 Waist Sakura.K	14:30 ~ 15:30 Back & Arm Rino.K		13:30 ~ 14:30 Waist Sakura.K	
	~	15:00 ~ 16:00 Back & Arm Rino.K	16:30 ~ 17:30 Stretch & Conditioning Sena.k		~	
	~	~	~		~	
	~	17:30 ~ 18:30 Hip & Leg Sakura.K	~		~	
	18:00 ~ 19:00 Body Balance Sena.k	18:00 ~ 19:00 Basic 未確定	~		~	18:00 ~ 19:00 Back & Arm Rino.K
	19:30 ~ 20:30 Basic 未確定	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Sakura.K	~		~	19:30 ~ 20:30 Pilates Cardio Sena.k
	21:00 ~ 22:00 Pilates Cardio kanako.t	21:00 ~ 22:00 Waist Sakura.K	~		~	21:00 ~ 22:00 Basic 未確定

・体験可能レッスン
 ・クラスの個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サイトまでご確認ください。
 ・ご予約されたレッスンをごキャンセルされる場合は、1週間前までにお申し込みをお願いします。
 ・レッスン開始時間1週間前までのごキャンセルは可能ですが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に引継ぎされます。