

07/01	07/02	07/03	07/04	07/05	07/06	07/07	07/08	
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	
Pilates Barre		Shape up waist	Body Balance	Basic		Hip & Leg	Basic	
Sachi		Sachi	Yuka.N	Kanami.O		Kanami.O	Kanami.O	
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 12:30	12:30 ~ 13:30
Basic		Back & Arm	Waist	jump to burn		jump to burn	Back & Arm	
Mizuho.T		未定	Kasumi.A	Kanami.O		Kanami.O	未定	
close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:00 ~ 14:00	13:00 ~ 14:00	close
		Pre Basic	Basic	Waist		Pilates Barre		
		Sachi	Yuka.N	Kasumi.A		Sachi		
		close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close	close	
	Back & Arm		Beauty Conditioning					
	未定		Kanami.O					
	17:30 ~ 18:30		Pilates Cardio					
	Yuka.N							
	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
	Back & Spine	Body Balance	Basic			Pilates Cardio	Pre Basic	
Kanami.O	Yuka.N	Kanami.O	Yuka.N			Sachi		
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30		
Waist	Basic	jump to burn	Body Balance			Back & Spine		
Kasumi.A	Kanami.O	Kanami.O	Yuka.N			Kanami.O		
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	Pilates Cardio	Waist	Waist			Pilates Barre		
Kanami.O	Yuka.N	Kasumi.A	Kasumi.A			Sachi		

07/09	07/10	07/11	07/12	07/13	07/14	07/15	07/16
木	金	土	日	月	火	水	木
close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close
	Pilates Cardio	Basic	Waist		Pilates Cardio	Shape up waist	
	Sachi	Mizuho.T	Kasumi.A		Yuka.N	Sachi	
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	
	Basic	Hip & Leg	Basic		Basic	Hip & Leg	
	Mizuho.T	未定	Mizuho.T		Kanami.O	未定	
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close	
	Pilates Barre	Back & Arm	Hip & Leg		Back & Spine		
	Sachi	未定	未定		Kanami.O		
	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	close		close		
Waist	Back & Arm						
Kasumi.A	未定						
17:30 ~ 18:30	Basic						
Mizuho.T							
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
Shape up waist	Basic			Body Balance	Back & Spine	Pilates Cardio	
Sachi	Mizuho.T			Sachi	Kanami.O	Sachi	
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
Pilates Barre	Hip & Leg			Waist	Basic	Back & Arm	
Sachi	未定			Kasumi.A	Mizuho.T	未定	
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
Beauty Conditioning	jump to burn			Shape up waist	Waist	Pilates Barre	
Kanami.O	Kanami.O			Sachi	Mizuho.T	Sachi	

🟢：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 伊予-津南店

【 07/17 ~ 07/24 】 スケジュール

2026/06/14 更新

07/17	07/18	07/19	07/20	07/21	07/22	07/23	07/24			
金	土	日	月	火	水	木	金			
10:30 ~ 11:30 Waist Kasumi.A	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg 未定	10:30 ~ 11:30 Basic Mizuho.T	close	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg 未定	10:30 ~ 11:30 Beauty Conditioning Kanami.O	close	10:30 ~ 11:30 Pre Basic Sachi			
12:00 ~ 13:00 Beauty Conditioning Kanami.O	12:00 ~ 13:00 Back & Spine Kanami.O	12:30 ~ 13:30 Back & Arm 未定		12:00 ~ 13:00 Waist Kasumi.A	12:30 ~ 13:30 Pilates Cardio Yuka.N		12:00 ~ 13:00 Back & Arm 未定			
13:30 ~ 14:30 Back & Arm 未定	13:30 ~ 14:30 Basic Mizuho.T	14:30 ~ 15:30 Waist Kasumi.A		13:30 ~ 14:30 Basic Mizuho.T	close		13:30 ~ 14:30 Shape up waist Sachi			
close	15:00 ~ 16:00 jump to burn Kanami.O	16:30 ~ 17:30 Hip & Leg 未定		close			close	close		
	close	close								
	17:30 ~ 18:30 Waist Mizuho.T									
18:00 ~ 19:00 Hip & Leg 未定	close	close		18:00 ~ 19:00 Pre Basic Sachi			18:00 ~ 19:00 Waist Kasumi.A	18:00 ~ 19:00 Beauty Conditioning Kanami.O	18:00 ~ 19:00 Basic Kanami.O	
19:30 ~ 20:30 jump to burn Kanami.O				19:30 ~ 20:30 Body Balance Sachi			19:30 ~ 20:30 Hip & Leg 未定	19:30 ~ 20:30 Basic Kanami.O	19:30 ~ 20:30 Pilates Barre Sachi	
21:00 ~ 22:00 Basic Mizuho.T				close			21:00 ~ 22:00 Back & Arm 未定	21:00 ~ 22:00 Basic Mizuho.T	21:00 ~ 22:00 Waist Kasumi.A	21:00 ~ 22:00 Back & Spine Kanami.O

pilatesK 伊予-津南店

【 07/25 ~ 07/31 】 スケジュール

07/25	07/26	07/27	07/28	07/29	07/30	07/31			
土	日	月	火	水	木	金			
10:30 ~ 11:30 Back & Arm 未定	10:30 ~ 11:30 jump to burn Kanami.O	close	10:30 ~ 11:30 Basic Kanami.O	10:30 ~ 11:30 Body Balance Yuka.N	close	10:30 ~ 11:30 Back & Spine Kanami.O			
12:00 ~ 13:00 Pre Basic Sachi	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg 未定		12:00 ~ 13:00 Back & Arm 未定	12:30 ~ 13:30 Basic Yuka.N		12:00 ~ 13:00 Basic Mizuho.T			
13:30 ~ 14:30 Waist Kasumi.A	14:30 ~ 15:30 Back & Spine Kanami.O		13:30 ~ 14:30 jump to burn Kanami.O	close		close	13:30 ~ 14:30 Beauty Conditioning Kanami.O		
15:00 ~ 16:00 Pilates Cardio Sachi	16:30 ~ 17:30 Basic Mizuho.T		close				close	close	
close	close								
17:30 ~ 18:30 Pilates Barre Sachi									
close	close		18:00 ~ 19:00 Basic Sachi				18:00 ~ 19:00 Back & Arm 未定	18:00 ~ 19:00 Waist Kasumi.A	18:00 ~ 19:00 Body Balance Sachi
			19:30 ~ 20:30 Waist Kasumi.A				19:30 ~ 20:30 jump to burn Kanami.O	19:30 ~ 20:30 Pilates Barre Sachi	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg 未定
			21:00 ~ 22:00 Shape up waist Sachi				21:00 ~ 22:00 Beauty Conditioning Kanami.O	21:00 ~ 22:00 Back & Arm 未定	21:00 ~ 22:00 Waist Mizuho.T

👉 : 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。