

| 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 Hip & Leg Leika.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 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 Back & Arm Leika.K | 18:00 ~ 19:00 Release&Strength Satomi.N | | 18:00 ~ 19:00 Pilates Cardio Leika.K | close | | | | | |
| | | | 19:30 ~ 20:30 Release&Strength Satomi.N | 19:30 ~ 20:30 Basic ASUKA.K | 19:30 ~ 20:30 Waist 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 | | 17:30 ~ 18:30 Release&Strength 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

2026/06/12 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 | 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 | | | | | | | 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 | | | 19:30 ~ 20:30 | 19:30 ~ 20:30 | 19:30 ~ 20:30 | |
| Hip & Leg | Basic | Release&Strength | close | close | 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 | | | 21:00 ~ 22:00 | 21:00 ~ 22:00 | 21:00 ~ 22:00 | |
| jump to burn | Waist | Basic | Leika.K | Hip & Leg | Release&Strength | Leika.K | Satomi.N | |
| ASUKA.K | ASUKA.K | ASUKA.K | | | | | | |

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 | Back & Arm | | | |
| 未定 | 未定 | 未定 | | | |
| 17:30 ~ 18:30 | close | close | close | close | |
| Hip & Leg | | | | | 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 | Leika.K | Pre Basic | Hip & Leg | Leika.K |
| Leika.K | Satomi.N | | | | |

👉 : 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。