

pilatesK 柏店

【 07/01 ~ 07/08 】 スケジュール

2026/06/30 更新

07/01	07/02	07/03	07/04	07/05	07/06	07/07	07/08	
水	木	金	土	日	月	火	水	
close	close	close	close	close	close	close	close	
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
Basic		Hip & Leg	Body Balance	Back & Arm		Waist	Body Balance	
ayu.S		Akari	mei.o	Nanae.Y		ayu.S	mei.o	
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	
Shape up waist		Shape up waist	Pilates Workout	Release&Strength		Hip & Leg	Basic	
ayu.S		ayu.S	Akari	mei.o		mei.o	Akari	
close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close	
		Basic	Hip & Leg	Waist		Release&Strength		
		Akari	mei.o	ayu.S		ayu.S		
		close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close		
Beauty Conditioning			Hip & Leg					
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	17:30 ~ 18:30	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		
Pilates Barre	Hip & Leg	Body Balance	Basic		Hip Punch	Back & Arm		
Akari	mei.o	mei.o	mei.o		Akari	Nanae.Y		
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	close		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
Beauty Conditioning	Back & Arm	Pre Basic			Body Balance	Shape up waist		
Akari	Nanae.Y	ayu.S			mei.o	ayu.S		
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	close	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
Back & Arm	Basic	Release&Strength		Pilates Barre	Back & Arm			
Nanae.Y	mei.o	mei.o		Akari	Nanae.Y			

pilatesK 柏店

【 07/09 ~ 07/16 】 スケジュール

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	close	9:40 ~ 10:10 疑問解消無料レディス ayu.S	9:40 ~ 10:10 疑問解消無料レディス Akari	close	close	close	close
	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
	Back & Arm	Pilates Barre	Hip Punch		Back & Arm	Hip & Leg	
	Nanae.Y	ayu.S	Akari		Nanae.Y	mei.o	
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	
	Waist	Back & Arm	Pilates Workout		Pilates Barre	Back & Arm	
	Akari	Nanae.Y	ayu.S		ayu.S	Nanae.Y	
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close	
	Back & Arm	Shape up waist	Beauty Conditioning		Back & Arm		
	Nanae.Y	ayu.S	Akari		Nanae.Y		
	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close		
		Back & Arm	Pre Basic				
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	17:30 ~ 18:30	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
Beauty Conditioning	Shape up waist	Release&Strength		Hip & Leg	Pilates Workout	Basic	
Akari	ayu.S	ayu.S		mei.o	ayu.S	mei.o	
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	close		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
Back & Arm	Pilates Barre			Basic	Back & Arm	Shape up waist	
Nanae.Y	Akari			ayu.S	Nanae.Y	ayu.S	
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	close	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		
Hip Punch	Basic		Body Balance	Pre Basic	Hip & Leg		
Akari	ayu.S		mei.o	ayu.S	mei.o		

🟢：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 柏店

【 07/17 ~ 07/24 】 スケジュール

2026/06/30 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									
close	close	9:40 ~ 10:10 疑問解消無料ピラティス mei.o	close	close	close	close	close									
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								
Pre Basic ayu.S	Back & Arm Nanae.Y	Body Balance mei.o		Shape up waist ayu.S	Beauty Conditioning Akari		Release&Strength ayu.S									
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00								
Body Balance mei.o	Hip Punch Akari	Back & Arm Nanae.Y		Back & Arm Nanae.Y	Waist Akari		Hip & Leg mei.o									
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30								
Waist ayu.S	Back & Arm Nanae.Y	Pilates Workout Akari		Release&Strength ayu.S			Basic ayu.S									
close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close			close	close	close							
	Beauty Conditioning Akari	Basic mei.o														
18:00 ~ 19:00	17:30 ~ 18:30	close								18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			
Back & Arm Nanae.Y	Pilates Barre Akari									Basic mei.o	Release&Strength mei.o	Shape up waist ayu.S	Back & Arm Nanae.Y			
19:30 ~ 20:30	close									close	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
Release&Strength mei.o											Back & Arm Nanae.Y	Pilates Workout ayu.S	Back & Arm Nanae.Y	Hip Punch mei.o		
21:00 ~ 22:00											close	close	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
Back & Arm Nanae.Y													Hip Punch mei.o	Basic mei.o	Pilates Barre ayu.S	Back & Arm Nanae.Y

pilatesK 柏店

【 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																	
close	9:40 ~ 10:10 疑問解消無料ピラティス Nanae.Y	close	close	close	close	close																	
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30																	
Hip & Leg mei.o	Back & Arm Nanae.Y		Waist ayu.S	Back & Arm Nanae.Y		Hip Punch mei.o																	
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00																	
Pre Basic ayu.S	Hip Punch Akari		Back & Arm Nanae.Y	Pilates Workout ayu.S		Back & Arm Nanae.Y																	
13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30																
Release&Strength mei.o	Back & Arm Nanae.Y		Shape up waist ayu.S			Body Balance mei.o																	
15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close			close	close	close															
Pilates Workout ayu.S	Pilates Barre Akari																						
close	close								close	close	close	close											
													17:30 ~ 18:30	Body Balance mei.o	18:00 ~ 19:00	Hip & Leg mei.o	Beauty Conditioning Akari	Back & Arm Nanae.Y	Release&Strength Akari				
close													close	close	close	close	close	close					
																			19:30 ~ 20:30	Back & Arm Nanae.Y	Basic mei.o	Hip & Leg mei.o	Shape up waist ayu.S
																			21:00 ~ 22:00	Body Balance mei.o	Waist Akari	Shape up waist ayu.S	Basic Akari

👉: 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時間前を切ったの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。