

pilatesK 札幌駅前店		【 08/01 ~ 08/08 】 スケジュール						2026/07/12 更新	
08/01	08/02	08/03	08/04	08/05	08/06	08/07	08/08		
土	日	月	火	水	木	金	土		
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		
Release&Strength	Reset Flow		Release&Strength	Waist 🟢		Back & Arm 🟢	Pilates Cardio		
Yurika.O	lisa.y		Yurika.O	Yurika.O		Sumire.N	Ami.O		
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		
Hip & Leg 🟢	Beauty Conditioning 🟢		Waist 🟢	jump to burn		Basic 🟢	Back & Arm 🟢		
lisa.y	Ami.O		Yurika.O	Ami.O		Yurika.O	Sumire.N		
13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		
Back & Arm 🟢	Hip & Leg 🟢		Back & Arm 🟢			Back & Arm 🟢	Beauty Conditioning 🟢		
Sumire.N	lisa.y		Sumire.N			Sumire.N	Ami.O		
15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close	close		close	15:00 ~ 16:00		
Pre Basic 🟢	Basic 🟢						Back & Arm 🟢		
lisa.y	Ami.O						Sumire.N		
close	close						close		
17:30 ~ 18:30							17:30 ~ 18:30		
Back & Arm 🟢							Basic 🟢		
Sumire.N							Ami.O		
close							close	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
		Back & Arm 🟢			Pre Basic 🟢			Pilates Cardio	Waist 🟢
		Sumire.N			lisa.y			Ami.O	Yurika.O
		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				
		Pilates Barre	Back & Arm 🟢	Waist 🟢	Hip & Leg 🟢				
lisa.y		Sumire.N	Yurika.O	Ami.O					

pilatesK 札幌駅前店		【 08/09 ~ 08/16 】 スケジュール						
08/09	08/10	08/11	08/12	08/13	08/14	08/15	08/16	
日	月	火	水	木	金	土	日	
close	close	close	close	close	close	9:30 ~ 10:00 疑問解消無料ビデオ lisa.y	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	
Waist 🏊		Basic 🏊	Reset Flow		Pre Basic 🏊	Hip & Leg 🏊	Pre Basic 🏊	
lisa.y		Yurika.O	lisa.y		lisa.y	lisa.y	lisa.y	
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	
Back & Arm 🏊		Back & Arm 🏊	Basic 🏊		Pilates Barre	Release&Strength	Beauty Conditioning 🏊	
Sumire.N		Sumire.N	Yurika.O		Yurika.O	Yurika.O	Ami.O	
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	
Reset Flow		Waist 🏊			Hip & Leg 🏊	Back & Arm 🏊	Hip & Leg 🏊	
lisa.y		Yurika.O			lisa.y	Sumire.N	lisa.y	
16:30 ~ 17:30		15:00 ~ 16:00			close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	
Hip & Leg 🏊		Back & Arm 🏊				Reset Flow	jump to burn	
lisa.y		Sumire.N				lisa.y	Ami.O	
close		close				close	close	
		17:30 ~ 18:30			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		17:30 ~ 18:30
		Release&Strength			Beauty Conditioning 🏊	Pre Basic 🏊		Waist 🏊
		Yurika.O			Ami.O	lisa.y		Yurika.O
		close	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		close
			Back & Arm 🏊		Basic 🏊	Back & Arm 🏊		
			Sumire.N		Yurika.O	Sumire.N		
			21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		
			Hip & Leg 🏊		Release&Strength	jump to burn		
			Ami.O		lisa.y	Ami.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時間前を切つて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。

pilatesK 札幌駅前店		【 08/17 ~ 08/24 】 スケジュール					2026/07/12 更新		
08/17	08/18	08/19	08/20	08/21	08/22	08/23	08/24		
月	火	水	木	金	土	日	月		
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			
	Waist 🌿	Back & Arm 🌿		Back & Arm 🌿	Beauty Conditioning 🌿	Basic 🌿			
	lisa.y	Sumire.N		Sumire.N	Ami.O	Yurika.O			
	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30			
	Reset Flow	Waist 🌿		Release&Strength	Back & Arm 🌿	Pilates Cardio			
	lisa.y	lisa.y		Yurika.O	Sumire.N	Ami.O			
	13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30			
	Back & Arm 🌿			Back & Arm 🌿	Pilates Barre	Waist 🌿			
	Sumire.N			Sumire.N	Yurika.O	Yurika.O			
	close			close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30			
					Hip & Leg 🌿	Hip & Leg 🌿			
					lisa.y	Ami.O			
					close	close			
	18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00	17:30 ~ 18:30
	Beauty Conditioning 🌿			Basic 🌿	Hip & Leg 🌿			Reset Flow	Release&Strength
	Ami.O			Yurika.O	lisa.y			lisa.y	Yurika.O
	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			close	
	Basic 🌿	Beauty Conditioning 🌿		Waist 🌿	Basic 🌿				
	Yurika.O	Ami.O		Ami.O	Yurika.O				
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00						
Waist 🌿	Basic 🌿	Pilates Barre	Pre Basic 🌿	疑問解消無料💻 デバイス					
Yurika.O	Yurika.O	lisa.y	lisa.y	lisa.y					

pilatesK 札幌駅前店		【 08/25 ~ 08/31 】 スケジュール					
08/25	08/26	08/27	08/28	08/29	08/30	08/31	
火	水	木	金	土	日	月	
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		
jump to burn	Reset Flow		Basic 🌿	jump to burn	Waist 🌿		
Ami.O	lisa.y		Yurika.O	Ami.O	lisa.y		
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		
Pre Basic 🌿	Beauty Conditioning 🌿		Back & Arm 🌿	Hip & Leg 🌿	Basic 🌿		
lisa.y	Ami.O		Sumire.N	lisa.y	Yurika.O		
13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		
Hip & Leg 🌿			Waist 🌿	Basic 🌿	Reset Flow		
lisa.y			Yurika.O	Yurika.O	lisa.y		
close			close	close	15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30
					Pilates Barre		Release&Strength
	lisa.y				Yurika.O		
	close				close		
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			17:30 ~ 18:30
Back & Arm 🌿	Pilates Barre		Pre Basic 🌿	Release&Strength			Waist 🌿
Sumire.N	Yurika.O		lisa.y	lisa.y			Yurika.O
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			close
Waist 🌿	Back & Arm 🌿		Hip & Leg 🌿	Back & Arm 🌿			
Yurika.O	Sumire.N		lisa.y	Sumire.N			
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
Back & Arm 🌿	Basic 🌿		Back & Arm 🌿	Reset Flow			
Sumire.N	Yurika.O		Sumire.N	lisa.y			

🌿 : 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時間前を切つて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。