

pilatesK 春日店		【 08/01 ~ 08/08 】 スケジュール						2026/07/15 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	
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
Back & Arm 🍌	Waist 🍌		Reset Flow	Pre Basic 🍌		Pilates Cardio	Hip & Leg 🍌	
Rina.A	Aika.H		karin.N	karin.N		Karin.M	Aika.H	
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	
Reset Flow	Body Balance		Basic 🍌	Beauty Conditioning 🍌		Pre Basic 🍌	Back & Arm 🍌	
karin.N	natsuki.s		Erika.R	natsuki.s		karin.N	Rina.A	
13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	
Basic 🍌	Basic 🍌		Release&Strength			Reset Flow	Waist 🍌	
Rina.A	Rina.A		karin.N			Karin.M	Aika.H	
15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close			close	close	15:00 ~ 16:00
Beauty Conditioning 🍌	Hip & Leg 🍌							Body Balance
natsuki.s	Aika.H							natsuki.s
16:30 ~ 17:00	close							16:30 ~ 17:00
疑問解消無料ﾋﾞﾚｯｸｽ								疑問解消無料ﾋﾞﾚｯｸｽ
natsuki.s								natsuki.s
17:30 ~ 18:30								17:30 ~ 18:30
Pilates Workout								Basic 🍌
karin.N								Rina.A
close	close		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	
			Back & Arm 🍌	Basic 🍌	Waist 🍌	Body Balance		
			Rina.A	Rina.A	Aika.H	natsuki.s		
			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
			Hip & Leg 🍌	Waist 🍌	Beauty Conditioning 🍌	Back & Arm 🍌		
			Aika.H	Aika.H	natsuki.s	Rina.A		
			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		
Waist 🍌	Hip & Leg 🍌		Basic 🍌	Shape up waist				
Aika.H	Aika.H		natsuki.s	natsuki.s				

pilatesK 春日店		【 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	
10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
Release&Strength		Pre Basic	Back & Arm		Body Balance	Waist	Hip & Leg	
natsuki.s		karin.N	Rina.A		karin.N	Aika.H	Aika.H	
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	
Waist		Beauty Conditioning	Reset Flow		Hip & Leg	Pilates Workout	Basic	
Aika.H		natsuki.s	karin.N		Aika.H	karin.N	Rina.A	
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	
Hip & Leg		Pilates Workout			Waist	Hip & Leg	Back & Arm	
Aika.H		karin.N			Aika.H	Aika.H	Rina.A	
16:30 ~ 17:30		15:00 ~ 16:00			15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		
Shape up waist		Back & Arm			Pre Basic	Waist		
natsuki.s		Rina.A			karin.N	Aika.H		
close		close			close	16:30 ~ 17:00	close	
		17:30 ~ 18:30				疑問解消無料ﾋﾞﾚｯｸｽ		
		Release&Strength				karin.N		
		natsuki.s				17:30 ~ 18:30		
		close				close		Shape up waist
			mao					
			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00
			Hip & Leg	Pre Basic				Back & Arm
			Aika.H	karin.N				Rina.A
			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30
Beauty Conditioning		Pilates Cardio	Reset Flow	close				
natsuki.s		Nagisa.T	karin.N					
21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00					
Waist		Back & Arm	Basic					
Aika.H		Rina.A	Rina.A					

🟢：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 春日店		【 08/17 ~ 08/24 】 スケジュール						2026/07/15 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	10:30 ~ 11:30 Basic 🌱 misato.W	10:30 ~ 11:30 Pilates Workout karin.N	close	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg 🌱 Aika.H	10:30 ~ 11:30 Beauty Conditioning 🌱 MIO.M	10:30 ~ 11:30 Back & Arm 🌱 Rina.A	close		
	12:00 ~ 13:00 Back & Arm 🌱 Rina.A	12:30 ~ 13:30 Waist 🌱 Rina.A		12:00 ~ 13:00 Basic 🌱 Rina.A	12:00 ~ 13:00 Basic 🌱 未確定	12:30 ~ 13:30 Shape up waist Miharu.H			
	13:30 ~ 14:30 Basic 🌱 misato.W	close		13:30 ~ 14:30 Back & Arm 🌱 Rina.A	13:30 ~ 14:30 Waist 🌱 Rina.A	14:30 ~ 15:30 Beauty Conditioning 🌱 Miharu.H			
	close			close	close	15:00 ~ 16:00 Basic 🌱 未確定		16:30 ~ 17:30 Basic 🌱 Rina.A	
						16:30 ~ 17:00 疑問解消無料💪 デバイス Rina.A		close	
						17:30 ~ 18:30 Back & Arm 🌱 MIO.M			
						close			close
	19:30 ~ 20:30 Waist 🌱 Rina.A	19:30 ~ 20:30 Pre Basic 🌱 karin.N		19:30 ~ 20:30 Hip & Leg 🌱 Aika.H	19:30 ~ 20:30 Pilates Workout karin.N				
	21:00 ~ 22:00 Pilates Cardio Karin.M	21:00 ~ 22:00 Back & Arm 🌱 JUKA.W		21:00 ~ 22:00 Waist 🌱 Aika.H	21:00 ~ 22:00 Reset Flow karin.N				

pilatesK 春日店		【 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
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close
Hip & Leg 🌱	Back & Arm 🌱		Waist 🌱	Shape up waist	Basic 🌱	
Aika.H	Rina.A		Rina.A	Karin.M	Rina.A	
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	
Basic 🌱	Pilates Workout		Back & Arm 🌱	Waist 🌱	Back & Arm 🌱	
Rina.A	karin.N		Rina.A	Rina.A	Rina.A	
13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	
Waist 🌱			Hip & Leg 🌱	Back & Arm 🌱	Waist 🌱	
Aika.H			Aika.H	Rina.A	未確定	
close			close	close	15:00 ~ 16:00	
		Reset Flow			Beauty Conditioning 🌱	
	Karin.M	natsuki.s				
	close	close				
	17:30 ~ 18:30					
Pilates Cardio						
Karin.M						
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	
Pre Basic 🌱	Waist 🌱	Hip & Leg 🌱	Body Balance			
karin.N	Aika.H	Aika.H	karin.N			
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
Back & Arm 🌱	Reset Flow	Release&Strength	Hip & Leg 🌱			
Rina.A	karin.N	karin.N	Aika.H			
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
Body Balance	Hip & Leg 🌱	Reset Flow	Pre Basic 🌱			
karin.N	Aika.H	karin.N	karin.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。