

pilatesK 春日店		【 08/01 ~ 08/08 】 スケジュール						2026/07/29 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 🍃		Basic 🍃	Waist 🍃	Hip & Leg 🍃
natsuki.s		karin.N	Rina.A		Rina.A	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			close	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				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	
						Shape up waist	
			mao				
		close	close	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	
				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	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。

pilatesK 春日店		【 08/17 ~ 08/24 】 スケジュール						2026/07/29 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	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	
	Basic 🌱	Pilates Workout		Hip & Leg 🌱	Beauty Conditioning 🌱	Back & Arm 🌱		
	misato.W	karin.N		Aika.H	MIO.M	Rina.A		
	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		
	Back & Arm 🌱	Waist 🌱		Basic 🌱	Basic 🌱	Shape up waist		
	Rina.A	Rina.A		Rina.A	未確定	Miharu.H		
	13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		
	Basic 🌱			Back & Arm 🌱	Waist 🌱	Beauty Conditioning 🌱		
	misato.W			Rina.A	Rina.A	Miharu.H		
	close			close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		
					Basic 🌱	Basic 🌱		
		未確定			Rina.A			
		16:30 ~ 17:00			close			
		疑問解消無料💪 デバイス						
	Rina.A							
	17:30 ~ 18:30							
Back & Arm 🌱								
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	close		
Shape up waist	Release&Strength	Basic 🌱	Waist 🌱					
Karin.M	JUKA.W	karin.N	Aika.H					
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30					
Waist 🌱	Hip & Leg 🌱	Back & Arm 🌱	Pilates Workout					
Aika.H	Aika.H	karin.N	karin.N					
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00					
Pilates Cardio	Back & Arm 🌱	Waist 🌱	Reset Flow					
Karin.M	JUKA.W	Aika.H	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 🌱	Hip & Leg 🌱		Back & Arm 🌱	Waist 🌱	Back & Arm 🌱	
Rina.A	Aika.H		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			karin.N	Rina.A	未確定	
close			close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	
				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	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	close	close	
Body Balance	Hip & Leg 🌱	Reset Flow	Pre Basic 🌱			
karin.N	karin.N	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。