

pilatesK 春日店		【 08/01 ~ 08/08 】 スケジュール						2026/08/07 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						2026/08/07 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 🌱 Rina.A	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 Hip & Leg 🌱 MIO.M		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		
						18:00 ~ 19:00 Shape up waist Karin.M		
		19:30 ~ 20:30 Waist 🌱 Aika.H				21:00 ~ 22:00 Pilates Cardio Karin.M		21:00 ~ 22:00 Reset Flow 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 Waist 🌱 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	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							
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。