

pilatesK 柏店		【 08/01 ~ 08/08 】 スケジュール						2026/07/16 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	疑問解消無料ビデオ Akari	
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
Hip Punch Akari	Pilates Barre ayu.S		Basic Aina.T	Body Balance mei.o		Hip Punch mei.o	jump to burn Akari	
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	
Body Balance mei.o	Back & Arm Nanae.Y		Hip & Leg mei.o	Release&Strength ayu.S		Back & Arm Nanae.Y	Pre Basic ayu.S	
13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	
Waist Akari	jump to burn Akari		Back & Arm Aina.T			Basic mei.o	Beauty Conditioning Akari	
15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close			close	close	15:00 ~ 16:00
Hip & Leg mei.o	Pre Basic ayu.S			Pilates Barre ayu.S				
close	close			close				
17:30 ~ 18:30				18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00
Basic Akari			Pre Basic ayu.S	Back & Arm Nanae.Y		Hip & Leg mei.o	Pilates Workout ayu.S	Back & Arm Nanae.Y
close			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	close
			Hip Punch mei.o	Pilates Barre ayu.S		Back & Arm Nanae.Y	Release&Strength ayu.S	
	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
	Pilates Barre ayu.S		Back & Arm Nanae.Y	Pre Basic ayu.S	Back & Arm Nanae.Y			

pilatesK 柏店		【 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	close	疑問解消無料ビデオ ayu.S	
10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
Back & Arm 🌿		Hip & Leg 🌿	jump to burn		Body Balance	Hip & Leg 🌿	Release&Strength	
Nanae.Y		mei.o	Akari		mei.o	mei.o	ayu.S	
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30
Hip Punch		Pilates Workout	Hip Punch		Waist 🌿	Pre Basic 🌿	Back & Arm 🌿	
mei.o		Akari	mei.o		ayu.S	ayu.S	Nanae.Y	
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	
Back & Arm 🌿		Release&Strength			Hip Punch	Back & Arm 🌿	Basic 🌿	
Nanae.Y		mei.o			mei.o	Nanae.Y	Nanae.Y	
16:30 ~ 17:30		15:00 ~ 16:00			close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	
Body Balance		Waist 🌿				Pilates Workout	Pilates Barre	
mei.o		Akari				ayu.S	ayu.S	
close		close	close			close	close	close
		17:30 ~ 18:30	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	17:30 ~ 18:30		
		Beauty Conditioning 🌿	Basic 🌿	Release&Strength	jump to burn	Hip Punch		
		Akari	ayu.S	ayu.S	Akari	mei.o		
		close	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	close		
			Back & Arm 🌿	Waist 🌿	Pre Basic 🌿			
			Nanae.Y	ayu.S	ayu.S			
	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				
	Pilates Barre		Back & Arm 🌿	Beauty Conditioning 🌿				
	ayu.S	Nanae.Y	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		【 08/17 ~ 08/24 】 スケジュール					2026/07/16 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		疑問解消無料ビナレス mei.o	close		
	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30			
	Basic 🌱	Waist 🌱		Back & Arm 🌱	Beauty Conditioning 🌱	Hip Punch			
	Nanae.Y	Akari		Nanae.Y	Akari	mei.o			
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30			
	Beauty Conditioning 🌱	Basic 🌱		Hip Punch	Body Balance	Basic 🌱			
	Akari	Nanae.Y		mei.o	mei.o	Nanae.Y			
	13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30			
	Back & Arm 🌱			Basic 🌱	Back & Arm 🌱	Hip & Leg 🌱			
	Nanae.Y			Nanae.Y	Nanae.Y	mei.o			
	close			close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30			
					Release&Strength	Back & Arm 🌱			
					mei.o	Nanae.Y			
					close	close			
	18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00	17:30 ~ 18:30
	Waist 🌱			Hip & Leg 🌱	Body Balance			Beauty Conditioning 🌱	Pilates Workout
	未確定			mei.o	mei.o			Akari	Akari
	19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30	close
	jump to burn			Basic 🌱	Waist 🌱			Hip & Leg 🌱	
	Akari			Nanae.Y	未確定			mei.o	
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00					
Hip & Leg 🌱	Hip Punch	Release&Strength	jump to burn						
未確定	mei.o	mei.o	Akari						