

pilatesK 泉中央店		【 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				
Basic 🇯🇵	Shape up waist		Back & Arm 🇯🇵	jump to burn		Release&Strength	Pilates Workout				
Ayami.I	Meiko.N		Ayami.I	Momoka.C		Liina.S	Meiko.N				
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00				
Release&Strength	Basic 🇯🇵		Pilates Workout	Pre Basic 🇯🇵		Hip & Leg 🇯🇵	Back & Arm 🇯🇵				
Liina.S	Ayami.I		Meiko.N	Meiko.N		Meiko.N	ami.k				
13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30				
Waist 🇯🇵	Hip & Leg 🇯🇵		Basic 🇯🇵			Pre Basic 🇯🇵	Beauty Conditioning 🇯🇵				
ami.k	Meiko.N		Ayami.I			Meiko.N	ami.k				
15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close			close	close	15:00 ~ 16:00			
Pilates Cardio	Back & Arm 🇯🇵							Basic 🇯🇵			
Liina.S	Ayami.I							Meiko.N			
16:30 ~ 17:00	close							close	close	close	close
疑問解消無料ビデオ 🇯🇵								close	close	close	close
Ayami.I								17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30
17:30 ~ 18:30								Waist 🇯🇵	Back & Arm 🇯🇵	Waist 🇯🇵	Basic 🇯🇵
Back & Arm 🇯🇵								ami.k	ami.k	ami.k	ami.k
ami.k								close	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30
close			Release&Strength	Basic 🇯🇵	Back & Arm 🇯🇵	Waist 🇯🇵					
			Liina.S	Ayami.I	Ayami.I	ami.k					
			19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00					
			Beauty Conditioning 🇯🇵	Hip & Leg 🇯🇵	Waist 🇯🇵	Basic 🇯🇵					
	ami.k		Meiko.N	ami.k	Ayami.I						
	20:30 ~ 21:30		20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30						
	Pilates Barre		Back & Arm 🇯🇵	Basic 🇯🇵	Beauty Conditioning 🇯🇵						
	Liina.S		Ayami.I	Ayami.I	ami.k						

pilatesK 泉中央店		【 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			
Pre Basic 🍌		Basic 🍌	Release&Strength		Beauty Conditioning 🍌	Pre Basic 🍌	Hip & Leg 🍌			
Liina.S		Ayami.I	Liina.S		ami.k	Meiko.N	Meiko.N			
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30			
Shape up waist		Waist 🍌	Basic 🍌		Back & Arm 🍌	jump to burn	Beauty Conditioning 🍌			
Meiko.N		ami.k	Ayami.I		Ayami.I	Momoka.C	ami.k			
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30			
Pilates Barre		Back & Arm 🍌			Waist 🍌	Basic 🍌	Shape up waist			
Liina.S		Ayami.I			ami.k	ami.k	Meiko.N			
16:30 ~ 17:30		15:00 ~ 16:00			close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30			
Hip & Leg 🍌		Beauty Conditioning 🍌				Release&Strength	Basic 🍌			
Meiko.N		ami.k				Momoka.C	ami.k			
17:45 ~ 18:15		close				close	close			
疑問解消無料ビデオ						17:30 ~ 18:30				
Liina.S						Beauty Conditioning 🍌				
close		17:30 ~ 18:30	ami.k							
		close	17:30 ~ 18:30			17:30 ~ 18:30				
			Back & Arm 🍌			Pilates Cardio		Pre Basic 🍌		
			Ayami.I	Liina.S	Liina.S					
			19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00					
			Pre Basic 🍌	Hip & Leg 🍌	Back & Arm 🍌					
			Meiko.N	Meiko.N	Ayami.I					
			20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30					
			Waist 🍌	Pilates Barre	Release&Strength					
			ami.k	Liina.S	Liina.S					

🟢：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 泉中央店

【 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 Pilates Workout Meiko.N	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre Meiko.N	close	10:30 ~ 11:30 Back & Arm 🌿 Ayami.I	10:30 ~ 11:30 Shape up waist Meiko.N	10:30 ~ 11:30 Basic 🌿 Ayami.I	close		
	12:00 ~ 13:00 Basic 🌿 ami.k	12:00 ~ 13:00 Back & Arm 🌿 Ayami.I		12:00 ~ 13:00 Waist 🌿 ami.k	12:00 ~ 13:00 Basic 🌿 ami.k	12:30 ~ 13:30 jump to burn Momoka.C			
	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg 🌿 Meiko.N	close		13:30 ~ 14:30 Basic 🌿 Ayami.I	13:30 ~ 14:30 Pilates Workout Meiko.N	14:30 ~ 15:30 Back & Arm 🌿 Ayami.I			
	close			15:00 ~ 15:30 疑問解消無料ﾋﾞﾅｰｽﾞ ami.k	15:00 ~ 16:00 Beauty Conditioning 🌿 ami.k	16:30 ~ 17:30 Hip & Leg 🌿 Momoka.C			
				close	close	close			
				17:30 ~ 18:30 Back & Arm 🌿 Ayami.I	17:30 ~ 18:30 Release&Strength Liina.S			17:30 ~ 18:30 Pilates Barre Liina.S	17:30 ~ 18:30 Shape up waist Meiko.N
				19:00 ~ 20:00 Beauty Conditioning 🌿 ami.k	19:00 ~ 20:00 Basic 🌿 Ayami.I			19:00 ~ 20:00 Waist 🌿 ami.k	19:00 ~ 20:00 Release&Strength Liina.S
	20:30 ~ 21:30 Basic 🌿 Ayami.I			20:30 ~ 21:30 Pilates Cardio Liina.S	20:30 ~ 21:30 Pre Basic 🌿 Liina.S			20:30 ~ 21:30 Hip & Leg 🌿 Meiko.N	

pilatesK 泉中央店

【 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		
Beauty Conditioning 🌿	Basic 🌿		Pilates Cardio	Back & Arm 🌿	Hip & Leg 🌿			
ami.k	Ayami.I		Liina.S	Ayami.I	Meiko.N			
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00			
Back & Arm 🌿	Release&Strength		Pre Basic 🌿	Beauty Conditioning 🌿	Basic 🌿			
Ayami.I	Liina.S		Meiko.N	ami.k	ami.k			
13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30			
Waist 🌿			Pilates Barre	Basic 🌿	Shape up waist			
ami.k			Liina.S	Ayami.I	Meiko.N			
close			15:00 ~ 15:30	15:00 ~ 16:00	15:30 ~ 16:30			
			疑問解消無料ﾋﾞﾅｰｽﾞ	Back & Arm 🌿	Beauty Conditioning 🌿			
			Meiko.N	ami.k	ami.k			
			close	close	close			
							17:30 ~ 18:30	
		Basic 🌿						
		Ayami.I						
		17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30			17:30 ~ 18:30	close
		Hip & Leg 🌿	Basic 🌿	Back & Arm 🌿			Basic 🌿	
	Meiko.N	ami.k	Ayami.I	Ayami.I				
19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00					
Basic 🌿	Pilates Workout	Shape up waist	Waist 🌿					
Ayami.I	Meiko.N	Meiko.N	ami.k					
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30					
Pre Basic 🌿	Beauty Conditioning 🌿	Basic 🌿	Back & Arm 🌿					
Meiko.N	ami.k	Ayami.I	Ayami.I					

🌱 : 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。