

pilatesK 泉中央店		【 08/01 ~ 08/08 】 スケジュール						2026/07/30 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	15:00 ~ 16:00							
Pilates Cardio	Back&Arm						Basic							
Liina.S	Ayami.I						Meiko.N							
16:30 ~ 17:00	close													
疑問解消無料ビデオ														
Ayami.I														
17:30 ~ 18:30							17:30 ~ 18:30							
Back&Arm							Waist							
ami.k							ami.k							
close	close		17:30 ~ 18:30	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	12:00 ~ 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	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			Beauty Conditioning	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30	
Hip&Leg		ami.k			close	Release&Strength	Basic		
Meiko.N		close				Momoka.C	ami.k		
17:45 ~ 18:15		close				close	close	close	
疑問解消無料ビデオ		close				close	close	close	
Liina.S		17:30 ~ 18:30				17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	
close		Basic				Beauty Conditioning	ami.k	close	close
		ami.k				ami.k	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						

・休職可能レッスン
 ・クラスの個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 時間前まで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

2026/07/30 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	
	Pilates Workout	Pilates Barre		Back&Arm	Shape up waist	Basic		
	Meiko.N	Meiko.N		Ayami.I	Meiko.N	Ayami.I		
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		
	Basic	Back&Arm		Waist	Basic	jump to burn		
	ami.k	Ayami.I		ami.k	ami.k	Momoka.C		
	13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		
	Hip&Leg			Basic	Pilates Workout	Back&Arm		
	Meiko.N			Ayami.I	Meiko.N	Ayami.I		
	close			15:00 ~ 15:30	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		
				疑問解消無料アドバイス	Beauty Conditioning	Hip&Leg		
				ami.k	ami.k	Momoka.C		
				close	close	close		
								17:30 ~ 18:30
								Waist
	ami.k							
	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30			
	Back&Arm	Release&Strength		Pilates Barre	Shape up waist			
	Ayami.I	Liina.S		Liina.S	Meiko.N			
	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00		19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00			
	Beauty Conditioning	Basic		Waist	Release&Strength			
ami.k	Ayami.I	ami.k	Liina.S					
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30					
Basic	Pilates Cardio	Pre Basic	Hip&Leg					
Ayami.I	Liina.S	Liina.S	Meiko.N					

pilatesK 泉中央店

【 08/25 ~ 08/31 】 スケジュール

08/25 火	08/26 水	08/27 木	08/28 金	08/29 土	08/30 日	08/31 月	
10:30 ~ 11:30 Beauty Conditioning ami.k	10:30 ~ 11:30 Basic Ayami.I	close	10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio Liina.S	10:30 ~ 11:30 Back&Arm Ayami.I	10:30 ~ 11:30 Hip&Leg Meiko.N	close	
12:00 ~ 13:00 Back&Arm Ayami.I	12:00 ~ 13:00 Release&Strength Liina.S		12:00 ~ 13:00 Pre Basic Meiko.N	12:00 ~ 13:00 Beauty Conditioning ami.k	12:00 ~ 13:00 Basic ami.k		
13:30 ~ 14:30 Waist ami.k	close		13:30 ~ 14:30 Pilates Barre Liina.S	13:30 ~ 14:30 Basic Ayami.I	13:30 ~ 14:30 Shape up waist Meiko.N		
close			15:00 ~ 15:30 疑問解消無料アドバイス Meiko.N	15:00 ~ 16:00 Back&Arm ami.k	15:30 ~ 16:30 Beauty Conditioning ami.k		
			close	close	close		close
17:30 ~ 18:30 Hip&Leg Meiko.N			17:30 ~ 18:30 Basic ami.k	17:30 ~ 18:30 Back&Arm Ayami.I	17:30 ~ 18:30 Basic Ayami.I		close
19:00 ~ 20:00 Basic Ayami.I	19:00 ~ 20:00 Pilates Workout Meiko.N		19:00 ~ 20:00 Shape up waist Meiko.N	19:00 ~ 20:00 Waist ami.k			
20:30 ~ 21:30 Pre Basic Meiko.N	20:30 ~ 21:30 Beauty Conditioning ami.k		20:30 ~ 21:30 Basic Ayami.I	20:30 ~ 21:30 Back&Arm Ayami.I			

・休職可能レッスン
・クラスの曜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サイトまでご確認ください。
・ご予約されたレッスンをキャンセルされる場合は、1週間前迄にお願ひしております。
・レッスン開始時間1時間前迄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。