

pilatesK 泉中央店		【 08/01 ~ 08/08 】 スケジュール						2026/07/14 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		Hip & Leg 🇯🇵	Pilates Workout			
Ayami.I	Meiko.N		Ayami.I	Momoka.C		Meiko.N	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 🇯🇵		Release&Strength	Back & Arm 🇯🇵			
Liina.S	Ayami.I		Meiko.N	Meiko.N		Liina.S	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
疑問解消無料ビデオ 🇯🇵										close
Ayami.I										close
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			
				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			Beauty Conditioning 🇯🇵	Basic 🇯🇵	Beauty Conditioning 🇯🇵				
Liina.S	ami.k		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	close
疑問解消無料ビデオ 🌱						close	17:30 ~ 18:30	
Liina.S						17:30 ~ 18:30	Beauty Conditioning 🌱	
close		close	close	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	close	
				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

2026/07/14 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			close	15:00 ~ 15:30 疑問解消無料ﾋﾞﾚｯｽﾞ ami.k	15:00 ~ 16:00 Beauty Conditioning 🌿 ami.k		16:30 ~ 17:30 Hip & Leg 🌿 Momoka.C		
					close	close		close	close	
										17:30 ~ 18:30 Waist 🌿 ami.k
					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	close
					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	
			疑問解消無料ﾋﾞﾚｯｽﾞ	Back & Arm 🌱	Beauty Conditioning 🌱	
			Meiko.N	ami.k	ami.k	
			close	close	close	
Basic 🌱						
Ayami.I		close				
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30		
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。