

pilatesK NU茶屋町店		【 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	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
Waist 🏋️	Pre Basic 🏋️		Basic 🏋️	Release&Strength	Hip & Leg 🏋️	Basic 🏋️	Back & Arm 🏋️	
MIYU.Y	Nagi.m		Ayari.f	Ayari.f	Suzu.K	MIYU.Y	Yukari.K	
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	
Animal Stretch	Back&Arm 🏋️		Waist 🏋️	jump to burn	Beauty condithoning 🏋️	Back & Spine	Waist 🏋️	
Suzu.K	MIYU.Y		MIYU.Y	Suzu.K	Ayari.f	Nagi.m	MIYU.Y	
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	
Back & Arm 🏋️	Basic 🏋️		Beauty condithoning 🏋️	Hip & Leg 🏋️	Basic 🏋️	Waist 🏋️	Advance	
Yukari.K	Suzu.K		Ayari.f	Ayari.f	Suzu.K	MIYU.Y	Nagi.m	
15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00	close	15:00 ~ 16:00	close	15:00 ~ 16:00	
Waist 🏋️	Body Balance		Back & Arm 🏋️		Hip Punch		Basic 🏋️	
MIYU.Y	Nagi.m		MIYU.Y		Ayari.f		MIYU.Y	
16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30		close		close		close	16:30 ~ 17:30
Basic 🏋️	Waist 🏋️							Shape up waist
Suzu.K	MIYU.Y							Nagi.m
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00							18:00 ~ 19:00
Back & Arm 🏋️	Pilates Workout							Basic 🏋️
Yukari.K	Suzu.K							Yukari.K
19:30 ~ 20:30	close		17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	19:30 ~ 20:30	
Reset Flow			Shape up waist	Back & Arm 🏋️	Advance	Back & Arm 🏋️	Body Balance	
Suzu.K			Nagi.m	Yukari.K	Nagi.m	Yukari.K	Nagi.m	
close			19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	close	
			Back & Arm 🏋️	Basic 🏋️	Back & Spine	Shape up waist		
			Yukari.K	Ayari.f	Nagi.m	Nagi.m		
			20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30		
	Body Balance	Back & Arm 🏋️	Pilates Workout	Basic 🏋️				
	Nagi.m	Yukari.K	Suzu.K	Yukari.K				

pilatesK NU茶屋町店		【 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	10:30 ~ 11:30	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	Body Balance	Back & Spine	Basic	Back & Arm	Reset Flow	Animal Stretch	Beauty conditioning	
Ayari.f	Nagi.m	Nagi.m	Yukari.K	Yukari.K	Suzu.K	Suzu.K	Ayari.f	
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	
Basic	Reset Flow	Hip & Leg	Hip Punch	Body Balance	Basic	Back & Arm	Shape up waist	
Yukari.K	Suzu.K	Suzu.K	Ayari.f	Nagi.m	MIYU.Y	Yukari.K	Nagi.m	
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	
Pilates Workout	Back & Spine	Basic	Waist	Back & Arm	jump to burn	Pilates Workout	Basic	
Suzu.K	Nagi.m	MIYU.Y	MIYU.Y	Yukari.K	Suzu.K	Suzu.K	Yukari.K	
15:00 ~ 16:00	close	15:00 ~ 16:00	close	15:00 ~ 16:00	close	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	
Release&Strength		Advance		Shape up waist		Back & Spine	Hip Punch	
Ayari.f		Nagi.m		Nagi.m		Nagi.m	Ayari.f	
16:30 ~ 17:30		16:30 ~ 17:30		close		close	16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30
Back & Arm		jump to burn					Basic	Advance
Yukari.K		Suzu.K					Yukari.K	Nagi.m
18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00					18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
jump to burn	Basic	Body Balance	Back & Arm					
Suzu.K	MIYU.Y	Nagi.m	Yukari.K					
close	17:30 ~ 18:30	19:30 ~ 20:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	19:30 ~ 20:30	close	
	Waist	Animal Stretch	Pre Basic	Hip Punch	Release&Strength	Waist		
	MIYU.Y	Suzu.K	Nagi.m	Ayari.f	Ayari.f	MIYU.Y		
	19:00 ~ 20:00	close	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	close		
	Beauty conditioning		Pilates Workout	Pre Basic	Waist			
	Ayari.f		Suzu.K	Nagi.m	MIYU.Y			
	20:30 ~ 21:30		20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30			
Basic	Shape up waist	Beauty conditioning	Hip & Leg					
MIYU.Y	Nagi.m	Ayari.f	Ayari.f					

 : 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 NU茶屋町店		【 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	
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	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	Advance	Shape up waist	Basic 🍌	Back & Arm 🍌	Hip & Leg 🍌	Release&Strength	Hip & Leg 🍌	
Ayari.f	Nagi.m	Nagi.m	MIYU.Y	Yukari.K	Ayari.f	Ayari.f	rina	
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	
Animal Stretch	jump to burn	Release&Strength	Hip & Leg 🍌	Animal Stretch	Basic 🍌	Advance	Waist 🍌	
Suzu.K	Suzu.K	Ayari.f	Suzu.K	Suzu.K	Yukari.K	Nagi.m	MIYU.Y	
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	
Beauty condithoning 🍌	Back & Spine	Pre Basic 🍌	Waist 🍌	Basic 🍌	Beauty condithoning 🍌	Back & Arm 🍌	Release&Strength	
Ayari.f	Nagi.m	Nagi.m	MIYU.Y	Yukari.K	Ayari.f	Yukari.K	rina	
close	15:00 ~ 16:00	close	15:00 ~ 16:00	close	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	close	
	Reset Flow		Pilates Workout		Back & Arm 🍌	Hip & Leg 🍌		
	Suzu.K		Suzu.K		Yukari.K	Ayari.f		
	close		close		16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30		
					Body Balance	Basic 🍌		
					Nagi.m	Yukari.K		
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	Waist 🍌	Back & Spine					
MIYU.Y	Nagi.m							
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	19:30 ~ 20:30		17:30 ~ 18:30	
Basic 🍌	Back & Arm 🍌	Basic 🍌	Release&Strength	Waist 🍌	Basic 🍌		Reset Flow	
MIYU.Y	Yukari.K	Yukari.K	Ayari.f	MIYU.Y	MIYU.Y		Suzu.K	
19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	close	close	19:00 ~ 20:00	
Reset Flow	Waist 🍌	Beauty condithoning 🍌	Back & Spine	Reset Flow			Basic 🍌	
Suzu.K	MIYU.Y	Ayari.f	Nagi.m	Suzu.K			MIYU.Y	
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30			20:30 ~ 21:30	
Waist 🍌	Basic 🍌	Back & Arm 🍌	Hip Punch	Waist 🍌			jump to burn	
MIYU.Y	Yukari.K	Yukari.K	Ayari.f	MIYU.Y			Suzu.K	

pilatesK NU茶屋町店		【 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	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
Pre Basic 🏊	Pilates Workout	Reset Flow	Waist 🏊	Basic 🏊	Back&Arm 🏊	Animal Stretch	
Nagi.m	Suzu.K	Suzu.K	MIYU.Y	Yukari.K	Yukari.K	rina	
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	
Back&Arm 🏊	Beauty condithoning 🏊	Animal Stretch	Basic 🏊	Release&Strength	Jump to burn	Basic 🏊	
Yukari.K	Ayari.f	Suzu.K	MIYU.Y	Ayari.f	Suzu.K	MIYU.Y	
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	
Shape up waist	Waist 🏊	Basic 🏊	Back&Spine	Basic 🏊	Body Balance	Hip&Leg 🏊	
Nagi.m	MIYU.Y	Yukari.K	Nagi.m	MIYU.Y	Nagi.m	rina	
15:00 ~ 16:00	close	15:00 ~ 16:00	close	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	close	
Basic 🏊		Hip&Leg 🏊		Back&Arm 🏊	Basic 🏊		
Yukari.K		Suzu.K		Yukari.K	Yukari.K		
close		close		16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30		
				Body Balance	Shape up waist		
				Nagi.m	Nagi.m		
				18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	19:30 ~ 20:30	close	17:30 ~ 18:30	
jump to burn	Back&Arm 🏊	Basic 🏊	Pre Basic 🏊	Back&Spine		Pilates Workout	
Suzu.K	Yukari.K	Yukari.K	Nagi.m	Nagi.m		Suzu.K	
19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	close		19:00 ~ 20:00	
Basic 🏊	Body Balance	Hip Punch	jump to burn			Basic 🏊	
MIYU.Y	Nagi.m	Ayari.f	Suzu.K			Yukari.K	
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30			20:30 ~ 21:30	
Waist 🏊	Basic 🏊	Beauty condithoning 🏊	Hip&Leg 🏊		Back&Arm 🏊		
MIYU.Y	Yukari.K	Ayari.f	Suzu.K		Yukari.K		

 : 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。