

pilatesK NU茶屋町店		【 08/01 ~ 08/08 】 スケジュール						2026/07/20 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		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		15:00 ~ 16:00		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						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	close	close	close	19:30 ~ 20:30	
Reset Flow			17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	Body Balance	
Suzu.K			Shape up waist	Back & Arm 🌱	Advance	Back & Arm 🌱	Nagi.m	
			Nagi.m	Yukari.K	Nagi.m	Yukari.K		
			19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00		
			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	close	

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 condithoning 🌱
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		15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00		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				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
	17:30 ~ 18:30	19:30 ~ 20:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	19:30 ~ 20:30	
	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		19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00		
	Beauty condithoning 🌱		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 condithoning 🌱	Hip & Leg 🌱		
	MIYU.Y		Nagi.m	Ayari.f	Ayari.f		
close		close				close	close

🌱：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						2026/07/20 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 Ayari.f	Advance Nagi.m	Shape up waist Nagi.m	Basic MIYU.Y	Back & Arm Yukari.K	Hip & Leg Ayari.f	Release&Strength Ayari.f	Hip & Leg 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 Suzu.K	jump to burn Suzu.K	Release&Strength Ayari.f	Hip & Leg Suzu.K	Animal Stretch Suzu.K	Basic Yukari.K	Advance Nagi.m	Waist 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 conditioning Ayari.f	Back & Spine Nagi.m	Pre Basic Nagi.m	Waist MIYU.Y	Basic Yukari.K	Beauty conditioning Ayari.f	Back & Arm Yukari.K	Release&Strength rina	
close	15:00 ~ 16:00 Reset Flow Suzu.K	close	15:00 ~ 16:00 Pilates Workout Suzu.K	close	15:00 ~ 16:00 Back & Arm Yukari.K	15:00 ~ 16:00 Hip & Leg Ayari.f	close	
					16:30 ~ 17:30 Body Balance Nagi.m	16:30 ~ 17:30 Basic Yukari.K		
					18:00 ~ 19:00 Waist MIYU.Y	18:00 ~ 19:00 Back & Spine 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 MIYU.Y	Back & Arm Yukari.K	Basic Yukari.K	Release&Strength Ayari.f	Waist MIYU.Y	Basic MIYU.Y		Basic MIYU.Y	
19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00			19:00 ~ 20:00	
Reset Flow Suzu.K	Waist MIYU.Y	Beauty conditioning Ayari.f	Back & Spine Nagi.m	Reset Flow Suzu.K			Reset Flow Suzu.K	
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 MIYU.Y	Basic Yukari.K	Back & Arm Yukari.K	Hip Punch Ayari.f	Waist MIYU.Y	close	close	jump to burn 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 Nagi.m	Beauty Conditioning Ayari.f	Reset Flow Suzu.K	Waist MIYU.Y	Basic Yukari.K	Back & Arm Yukari.K	Animal Stretch 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 Yukari.K	Pilates Workout Suzu.K	Animal Stretch Suzu.K	Basic MIYU.Y	Release&Strength Ayari.f	Jump to burn Suzu.K	Basic 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 Nagi.m	Waist MIYU.Y	Basic Yukari.K	Back & Spine Nagi.m	Basic MIYU.Y	Body Balance Nagi.m	Hip & Leg rina	
15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00		
Basic Yukari.K		Hip & Leg Suzu.K		Back & Arm Yukari.K	Basic Yukari.K		
close	close	close	close	16:30 ~ 17:30 Waist MIYU.Y	16:30 ~ 17:30 Shape up waist Nagi.m	close	
				18:00 ~ 19:00 Body Balance Nagi.m	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Suzu.K		
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	19:30 ~ 20:30		17:30 ~ 18:30	
jump to burn Suzu.K	Back & Arm Yukari.K	Basic Yukari.K	Pre Basic Nagi.m	Back & Spine Nagi.m		Pilates Workout Suzu.K	
19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00			19:00 ~ 20:00	
Basic MIYU.Y	Body Balance Nagi.m	Hip Punch Ayari.f	jump to burn Suzu.K			Basic Yukari.K	
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30			20:30 ~ 21:30	
Waist MIYU.Y	Basic Yukari.K	Beauty conditioning Ayari.f	Hip & Leg Suzu.K	close	close	Back & Arm 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。