

pilatesK 杉ヶ崎卓店		【 09/01 ~ 09/08 】 スケジュール						2026/08/22 更新							
09/01		09/02		09/03		09/04		09/05		09/06		09/07		09/08	
火		水		木		金		土		日		月		火	
10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		close		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		close		10:30 ~ 11:30	
Pre Basic 🌱		Back & Arm 🌱				Pilates Barre		jump to burn		Basic 🌱				Waist 🌱	
Kayan.C		N.ami				Saki.n		Kayan.C		Moeka.M				Saki.n	
12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30				12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30				12:00 ~ 13:00	
Pilates Cardio		Waist 🌱				Hip Punch		Body Balance		Waist 🌱				Release&Strength	
Kayan.C		N.ami				未定		Satomi.N		Satomi.N				Kayan.C	
13:30 ~ 14:30		close				13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30		14:30 ~ 15:30				13:30 ~ 14:30	
Basic 🌱						Release&Strength		Basic 🌱		Back & Arm 🌱				Hip & Leg 🌱	
Moeka.M						Saki.Y		Moeka.M		Moeka.M				Saki.n	
close						close		15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30				close	
				Shape up waist				Body Balance							
				Kayan.C				Satomi.N							
				close											
				17:30 ~ 18:30											
				Pre Basic 🌱											
Satomi.N						close		close		18:00 ~ 19:00					
18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00						18:00 ~ 19:00					
Hip & Leg 🌱		Pilates Barre		Basic 🌱						Back & Arm 🌱					
Saki.n		Saki.n		Moeka.M						Moeka.M					
19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30						19:30 ~ 20:30					
Back & Arm 🌱		Basic 🌱		Hip & Leg 🌱						Pre Basic 🌱					
Moeka.M		Moeka.M		Saki.n		Kayan.C				Satomi.N					
21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00					
Hip Punch		Hip & Leg 🌱		Pre Basic 🌱		Back & Arm 🌱				Body Balance					
未定		Saki.n		Saki.Y		Moeka.M				Satomi.N					

pilatesK 杉ヶ崎卓店		【 09/09 ~ 09/16 】 スケジュール									
09/09	09/10	09/11	09/12	09/13	09/14	09/15	09/16				
水	木	金	土	日	月	火	水				
10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30				
Pilates Cardio		Back & Arm 🌱	Pilates Barre	Body Balance		Release&Strength	Hip Punch				
Kayan.C		Moeka.M	Saki.n	Satomi.N		Satomi.N	未定				
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30				
Basic 🌱		Release&Strength	Basic 🌱	Hip & Leg 🌱		Back & Arm 🌱	Pilates Barre				
未定		Satomi.N	未定	Saki.n		Moeka.M	Saki.n				
close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close				
		Shape up waist	Hip & Leg 🌱	Release&Strength		Body Balance					
		Satomi.N	Saki.n	Satomi.N		Satomi.N					
		close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close					
			Back & Arm 🌱	Waist 🌱							
			Moeka.M	Saki.n							
			close	close							
			17:30 ~ 18:30								
			Hip Punch								
			未定								
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00				
Hip Punch	Body Balance	Waist 🌱				Hip & Leg 🌱	Pilates Cardio				
未定	Satomi.N	Saki.n				Saki.n	Kayan.C				
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				
Pilates Barre	Basic 🌱	Hip & Leg 🌱				Basic 🌱	Release&Strength				
Saki.n	Moeka.M	Saki.n				未定	Satomi.N				
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				
Back & Arm 🌱	Shape up waist	Basic 🌱				Pilates Barre	Basic 🌱				
Moeka.M	Satomi.N	未定				Saki.n	未定				

🌱：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 ムラ岐阜店

【 09/17 ~ 09/24 】 スケジュール

2026/08/22 更新

09/17	09/18	09/19	09/20	09/21	09/22	09/23	09/24
木	金	土	日	月	火	水	木
close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close
	jump to burn	Basic 🌱	Waist 🌱		Body Balance	Back & Arm 🌱	
	Kayan.C	Moeka.M	Satomi.N		Satomi.N	Moeka.M	
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	
	Pre Basic 🌱	Back & Arm 🌱	Basic 🌱		Hip Punch	Pre Basic 🌱	
	Kayan.C	Moeka.M	未定		未定	Saki.Y	
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	
	Hip & Leg 🌱	Release&Strength	Shape up waist		Waist 🌱	Release&Strength	
	Saki.n	Satomi.N	Satomi.N		Satomi.N	Satomi.N	
	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	
		Body Balance	Basic 🌱		Pre Basic 🌱	Hip & Leg 🌱	
		Satomi.N	未定		Saki.Y	Saki.Y	
		close	close		close	close	
		17:30 ~ 18:30	close		17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	
Basic 🌱	close	Pilates Barre	Shape up waist				
未定		Saki.n	Satomi.N				
18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00				
Waist 🌱		Basic 🌱	Pilates Barre				
Saki.n		未定	Saki.n				
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	close	19:30 ~ 20:30				
Back & Arm 🌱	Shape up waist		Body Balance				
Moeka.M	Satomi.N		Satomi.N				
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00				
Hip & Leg 🌱	Release&Strength	Basic 🌱					
Saki.n	Satomi.N	未定					

pilatesK ムラ岐阜店

【 09/25 ~ 09/30 】 スケジュール

09/25	09/26	09/27	09/28	09/29	09/30
金	土	日	月	火	水
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Pilates Barre	Hip Punch	Basic 🇯🇵		Back & Arm 🇯🇵	jump to burn
Saki.n	未定	未定		Moeka.M	Kayan.C
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30
Back & Arm 🇯🇵	jump to burn	Body Balance		Waist 🇯🇵	Waist 🇯🇵
Moeka.M	Kayan.C	Satomi.N		N.ami	Saki.n
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close
Waist 🇯🇵	Hip & Leg 🇯🇵	Back & Arm 🇯🇵		Basic 🇯🇵	
Saki.n	Saki.n	Moeka.M		Moeka.M	
close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close	
	Basic 🇯🇵	Pre Basic 🇯🇵			
	未定	Satomi.N			
	17:30 ~ 18:30	close			
Pilates Cardio					
Kayan.C					
18:00 ~ 19:00	close	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
Release&Strength			Basic 🇯🇵	Shape up waist	
Satomi.N			未定	Satomi.N	
19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
Basic 🇯🇵			Hip & Leg 🇯🇵	Pre Basic 🇯🇵	
未定			Satomi.N	Satomi.N	
21:00 ~ 22:00	close	close	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
Body Balance			Release&Strength	Back & Arm 🇯🇵	
Satomi.N			Satomi.N	Moeka.M	

🌱 : 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。