

pilatesK 京都四条烏丸店		【 09/01 ~ 09/08 】		スケジュール		2026/08/30 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	
Style up Pilates	Shape up waist		Pilates Workout	Body Balance	Hip & Leg 🌱		Basic 🌱	
HADUKI.I	momo. O		Mai.N	Mai.N	momo. O		momo. O	
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	
Pre Basic 🌱	Basic 🌱		Waist 🌱	Style up Pilates	Waist 🌱		Beauty Conditioning 🌱	
Maiki.N	asami.s		asami.s	HADUKI.I	asami.s		HADUKI.I	
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	
Back & Arm 🌱	Hip & Leg 🌱		Hip & Leg 🌱	Waist 🌱	Shape up waist		Shape up waist	
HADUKI.I	momo. O		Mai.N	asami.s	momo. O		momo. O	
close	close		close	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	close	close
					Pre Basic 🌱	Basic 🌱		
					Mai.N	asami.s		
					16:30 ~ 17:30			
					Beauty Conditioning 🌱			
					HADUKI.I			
					18:00 ~ 19:00			
					Basic 🌱			
					asami.s			
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	18:00 ~ 19:00			
jump to burn	Waist 🌱	Pre Basic 🌱	Basic 🌱		Style up Pilates			
Maiki.N	asami.s	Mai.N	asami.s		HADUKI.I			
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30			
Waist 🌱	Hip Punch	jump to burn	Back & Arm 🌱		Hip & Leg 🌱			
asami.s	Maiki.N	Maiki.N	HADUKI.I		Maiki.N			
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00			
Basic 🌱	Pre Basic 🌱	Pilates Workout	Beauty Conditioning 🌱		Hip Punch			
asami.s	Maiki.N	Mai.N	HADUKI.I		Maiki.N			

pilatesK 京都四条烏丸店		【 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	
Back & Arm 🌱		jump to burn	Basic 🌱	Body Balance		Hip Punch	Basic 🌱	
HADUKI.I		Maiki.N	asami.s	Mai.N		Maiki.N	asami.s	
12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	
Hip & Leg 🌱		Pilates Workout	Back & Arm 🌱	Hip & Leg 🌱		Basic 🌱	jump to burn	
HADUKI.I		Mai.N	HADUKI.I	Maiki.N		asami.s	Maiki.N	
13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	
jump to burn		Basic 🌱	Hip & Leg 🌱	Pre Basic 🌱		Hip & Leg 🌱	Pre Basic 🌱	
Maiki.N		Maiki.N	Maiki.N	Mai.N		Maiki.N	Maiki.N	
close		close	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	close	close	close
				Waist 🌱	jump to burn			
				asami.s	Maiki.N			
				16:30 ~ 17:30				
				Hip Punch				
				Maiki.N				
				18:00 ~ 19:00				
18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	
Pilates Workout		Hip & Leg 🌱	Back & Arm 🌱		Waist 🌱		Style up Pilates	
Mai.N	Mai.N	Mai.N		asami.s	HADUKI.I			
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	close	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
Shape up waist	Style up Pilates	Basic 🌱		Beauty Conditioning 🌱	Pilates Workout			
momo. O	HADUKI.I	asami.s		HADUKI.I	Mai.N			
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
Basic 🌱	Body Balance	Waist 🌱		Back & Arm 🌱	Hip & Leg 🌱			
asami.s	Mai.N	asami.s		HADUKI.I	momo. O			

🌱：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 京都四条烏丸店

【 09/17 ~ 09/24 】 スケジュール

2026/08/30 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
	Waist 🌱	Pilates Workout	Back & Arm 🌱		Back & Arm 🌱	Hip Punch	
	asami.s	Mai.N	Maiki.N		HADUKI.I	Maiki.N	
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	
	Basic 🌱	Waist 🌱	Beauty Conditioning 🌱		Waist 🌱	Basic 🌱	
	asami.s	asami.s	HADUKI.I		asami.s	asami.s	
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	
	Body Balance	Back & Arm 🌱	Basic 🌱		Shape up waist	Beauty Conditioning 🌱	
	Mai.N	Maiki.N	Maiki.N		Mai.N	HADUKI.I	
	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	
		Hip & Leg 🌱	Style up Pilates		Style up Pilates	Waist 🌱	
		Mai.N	HADUKI.I		HADUKI.I	asami.s	
		16:30 ~ 17:30	close		16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30	
		Basic 🌱			Basic 🌱	jump to burn	
		asami.s			asami.s	Maiki.N	
		18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
jump to burn		Body Balance		Shape up waist			
Maiki.N	Mai.N	momo. O					
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	close	18:00 ~ 19:00			
Pilates Workout	Shape up waist			Basic 🌱			
Mai.N	momo. O			asami.s			
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30			
Beauty Conditioning 🌱	Pre Basic 🌱			Hip Punch			
HADUKI.I	Maiki.N			Maiki.N			
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	close	close	21:00 ~ 22:00			
Basic 🌱	Hip Punch			Waist 🌱			
Mai.N	Maiki.N			asami.s			

pilatesK 京都四条烏丸店

【 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		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Hip&Leg 🌱	Waist 🌱	Style up Pilates		Pre Basic 🌱	Hip & Leg 🌱
momo. O	asami.s	HADUKI.I		Maiki.N	HADUKI.I
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00
Pre Basic 🌱	Body Balance	Basic 🌱		Hip & Leg 🌱	Style up Pilates
Mai.N	Mai.N	Maiki.N		HADUKI.I	HADUKI.I
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30
Shape up waist	Pre Basic 🌱	Back & Arm 🌱		Hip Punch	Body Balance
momo. O	Maiki.N	HADUKI.I		Maiki.N	Mai.N
close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close	close
	Basic 🌱	Hip Punch			
	asami.s	Maiki.N			
	16:30 ~ 17:30				
	Hip & Leg 🌱				
	Mai.N				
18:00 ~ 19:00	Hip Punch				
Maiki.N					
18:00 ~ 19:00	close	close	18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00
Pilates Workout			Beauty Conditioning 🌱		Basic 🌱
Mai.N			HADUKI.I	asami.s	
19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
Style up Pilates			Basic 🌱	Waist 🌱	
HADUKI.I			asami.s	asami.s	
21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
Back & Arm 🌱	Waist 🌱	jump to burn			
HADUKI.I	asami.s	Maiki.N			

🌱 : 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。