

pilatesK NU茶屋町店		【 09/01 ~ 09/08 】				スケジュール		2026/08/15	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		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		close		10:30 ~ 11:30	
Hip Punch		Back & Arm 🌿		Beauty Conditioning 🌿		Hip & Leg 🌿		Pilates Cardio		Basic 🌿				Hip & Leg 🌿	
Ayari.f		Yukari.K		Ayari.f		Honoka.T		未定		MIYU.Y		close		Suzu.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	
Release&Strength		Basic 🌿		Back & Arm 🌿		Shape up waist		Pre Basic 🌿		Shape up waist		close		Waist 🌿	
Ayari.f		Yukari.K		Yukari.K		Honoka.T		Nagi.m		Honoka.T				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		close		13:30 ~ 14:30	
Basic 🌿		Animal Stretch		Shape up waist		Basic 🌿		Hip & Leg 🌿		Style up Pilates				Reset Flow	
MIYU.Y		Suzu.K		Honoka.T		MIYU.Y		Honoka.T		未定		close		Suzu.K	
15:00 ~ 16:00		close		15:00 ~ 16:00		close		15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00				15:00 ~ 16:00	
Waist 🌿				Hip Punch				Advance		Hip & Leg 🌿		Style up Pilates			
MIYU.Y				Ayari.f				Nagi.m		Honoka.T		未定			
close				close				16:30 ~ 17:30		16:30 ~ 17:30		close		close	
								Basic 🌿		Advance					
								Yukari.K		Nagi.m					
								18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00					
				Shape up waist		Pilates Workout									
				Honoka.T		Suzu.K									
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			
Back & Spine		Pre Basic 🌿		Reset Flow		Hip Punch		Back & Arm 🌿				Back & Arm 🌿			
Nagi.m		Nagi.m		Suzu.K		Ayari.f		Yukari.K				Yukari.K			
19:00 ~ 20:00		19:00 ~ 20:00		19:00 ~ 20:00		19:00 ~ 20:00		close				19:00 ~ 20:00			
Back & Arm 🌿		Pilates Cardio		Hip & Leg 🌿		Beauty Conditioning 🌿						Pre Basic 🌿			
MIYU.Y		未定		Honoka.T		Ayari.f						Nagi.m			
20:30 ~ 21:30		20:30 ~ 21:30		20:30 ~ 21:30		20:30 ~ 21:30						20:30 ~ 21:30			
Advance		Shape up waist		Basic 🌿		Back & Arm 🌿				Back & Spine					
Nagi.m		Nagi.m		Yukari.K		Yukari.K				Nagi.m					

pilatesK NU茶屋町店		【 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		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
Pilates Workout		Shape up waist	Pilates Cardio	Basic	Hip Punch	Basic	Back & Arm	Beauty Conditioning
Suzu.K		Nagi.m	未定	Yukari.K	Nagi.m	Yukari.K	Yukari.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
Beauty Conditioning		Reset Flow	Basic	Waist	Pre Basic	Back & Arm	Style up Pilates	Shape up waist
Ayari.f		Suzu.K	Yukari.K	MIYU.Y	Ayari.f	Yukari.K	未定	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
Hip Punch		Back & Spine	Hip & Leg	Pilates Workout	Waist	Release&Strength	Waist	Hip & Leg
Ayari.f		Nagi.m	Suzu.K	Suzu.K	MIYU.Y	Ayari.f	MIYU.Y	Ayari.f
close	15:00 ~ 16:00	close	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	close	15:00 ~ 16:00	close	close
	Hip & Leg		Back & Arm	Beauty Conditioning		Basic		
	Suzu.K		Yukari.K	Ayari.f		Yukari.K		
			16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30				
			Release&Strength	Basic				
			Suzu.K	MIYU.Y				
			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00				
Style up Pilates	Back & Spine							
未定	Nagi.m							
17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	19:30 ~ 20:30	close	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30
Basic		Hip Punch	Beauty Conditioning	Hip & Leg		Pre Basic	Pilates Cardio	Style up Pilates
Yukari.K		Ayari.f	Ayari.f	Suzu.K		Nagi.m	未定	未定
19:00 ~ 20:00		19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	close		19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00
Shape up waist		Waist	Basic			Hip Punch	Basic	Pilates Workout
Nagi.m		MIYU.Y	Yukari.K			Ayari.f	MIYU.Y	Suzu.K
20:30 ~ 21:30		20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30			close	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30
Back & Arm		Release&Strength	Hip Punch	Back & Spine	Reset Flow		Waist	
Yukari.K		Ayari.f	Ayari.f		Nagi.m	Suzu.K	MIYU.Y	

：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		【 09/17 ~ 09/24 】		スケジュール		2026/08/15	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	
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	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		Release&Strength		Pilates Cardio		Basic		Hip & Leg		Pilates Workout		Back & Spine		Advance	
Ayari.f		rina		未定		Yukuyo.U		Suzu.K		rina		Nagi.m		Nagi.m	
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	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
Advance		Pre Basic		Back & Arm		Reset Flow		Style up Pilates		Basic		Hip & Leg		Pilates Cardio	
Nagi.m		Nagi.m		Yukari.K		Suzu.K		未定		Yukari.K		Suzu.K		未定	
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	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		Animal Stretch		Waist		Hip & Leg		Animal Stretch		Release&Strength		Pre Basic		Shape up waist	
Ayari.f		rina		Nagi.m		Yukuyo.U		Suzu.K		rina		Nagi.m		Nagi.m	
15:00 ~ 16:00	close	close	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00
Back & Spine			Basic		Pilates Workout		Release&Strength		Waist		Advance		Hip & Leg		
Nagi.m			Yukari.K		Suzu.K		Suzu.K		MIYU.Y		Nagi.m		Suzu.K		
16:30 ~ 17:30			16:30 ~ 17:30		16:30 ~ 17:30		16:30 ~ 17:30		16:30 ~ 17:30		16:30 ~ 17:30		close		
Back & Spine			Shape up waist		Back & Arm		Basic		Waist						
Nagi.m			Nagi.m		Yukari.K		Yukari.K		MIYU.Y						
18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00				
Animal Stretch			Basic		Waist		Back & Arm		Basic						
Suzu.K			Yukuyo.U		MIYU.Y		Yukari.K		MIYU.Y						
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	19:30 ~ 20:30	close	close	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	17:30 ~ 18:30				
Back & Arm	Waist	Pre Basic			Basic		Style up Pilates		Pilates Cardio		Basic				
Yukari.K	MIYU.Y	Nagi.m			Yukari.K		未定		未定		MIYU.Y				
19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	close			close	close	close	close	close	close	close	19:00 ~ 20:00			
Style up Pilates	Advance											Release&Strength			
未定	Nagi.m											Suzu.K			
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30											20:30 ~ 21:30			
Basic	Style up Pilates											Waist			
Yukari.K	未定	MIYU.Y													

pilatesK 茶屋町店		【 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	10:30 ~ 11:30
Back & Arm 🌈	Basic 🌈	Waist 🌈	Reset Flow	Pilates Cardio	Beauty Conditioning 🌈
Yukari.K	Yukari.K	MIYU.Y	rina	未定	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
Back & Spine	Waist 🌈	Back & Spine	Release&Strength	Back & Spine	Waist 🌈
Nagi.m	MIYU.Y	Nagi.m	rina	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
Basic 🌈	Pilates Workout	Basic 🌈	Waist 🌈	Hip & Leg 🌈	Hip Punch
Yukari.K	Suzu.K	Yukari.K	MIYU.Y	Suzu.K	Ayari.f
close	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	close	15:00 ~ 16:00	close
	Style up Pilates	Back & Arm 🌈		Pre Basic 🌈	
	未定	MIYU.Y		Nagi.m	
	16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30		close	
	Basic 🌈	Advance			
	Yukari.K	Nagi.m			
	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			
Reset Flow	Back & Arm 🌈				
Suzu.K	Yukari.K				
17:30 ~ 18:30	19:30 ~ 20:30	close	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30
Reset Flow	Back & Arm 🌈		Hip & Leg 🌈	Release&Strength	Shape up waist
Suzu.K	Yukari.K		Suzu.K	Suzu.K	Nagi.m
19:00 ~ 20:00	close		19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00
Pre Basic 🌈			Style up Pilates	Basic 🌈	Back & Arm 🌈
Nagi.m			未定	Yukari.K	Yukari.K
20:30 ~ 21:30			20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30
Animal Stretch		Basic 🌈	Back & Arm 🌈	Pre Basic 🌈	
Suzu.K		MIYU.Y	Yukari.K	Nagi.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時間前を切っ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。