

pilatesK 初々錦糸町店		【 09/01 ~ 09/08 】		スケジュール		2026/08/13 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	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30			
Beauty Conditioning 🍌	Hip & Leg 🍌	Pilates Workout	Release&Strength	Hip & Leg 🍌	Pilates Cardio	Waist 🍌	Basic 🍌			
Aoi.h	meiko	minor.T	syuri.i	syuri.i	Aiko	Miho.Y	Miho.Y			
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			
jump to burn	Basic 🍌	Beauty Conditioning 🍌	Back & Arm 🍌	Beauty Conditioning 🍌	Waist 🍌	Basic 🍌	Back & Arm 🍌			
syuri.i	Miho.Y	Aoi.h	Aoi.h	Aoi.h	Miho.Y	Miho.Y	Tina.a			
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			
Back & Arm 🍌	Body Balance	Style up Pilates	Hip Punch	Style up Pilates	Back & Arm 🍌	jump to burn	Basic 🍌			
Aoi.h	meiko	minor.T	syuri.i	syuri.i	Aoi.h	syuri.i	Tina.a			
15:00 ~ 16:00	close	15:00 ~ 16:00	close	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	close	15:00 ~ 16:00			
Style up Pilates		Back & Arm 🍌		Shape up waist	Pilates Barre		Shape up waist			
syuri.i		Aoi.h		syuri.i	Aiko		syuri.i			
close		close		16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30		close	close		
				Pre Basic 🍌	Basic 🍌					
				meiko	Aiko					
				18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00					
				Back & Arm 🍌	Beauty Conditioning 🍌					
Aoi.h		Aoi.h								
18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		19:30 ~ 20:30	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
Hip Punch		Style up Pilates		Hip & Leg 🍌	Pilates Cardio		Body Balance		Pilates Workout	Reset Flow
Aiko	syuri.i	Aiko	Aiko	Misa.K	Aiko	syuri.i				
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	close	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				
Release&Strength	Waist 🍌	Basic 🍌	Hip & Leg 🍌		Style up Pilates	Waist 🍌				
syuri.i	Miho.Y	Miho.Y	Aiko		syuri.i	Miho.Y				
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				
Hip & Leg 🍌	Reset Flow	jump to burn	Waist 🍌		Hip Punch	Release&Strength				
Aiko	syuri.i	Aiko	Miho.Y	Aiko	syuri.i					

pilatesK 利根錦糸町店		【 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	
Waist 🍌		Body Balance		Back & Arm 🍌		jump to burn		Release&Strength		Hip & Leg 🍌		Beauty Conditioning 🍌		Reset Flow	
Maako.M		meiko		Aoi.h		syuri.i		syuri.i		minor.T		Aoi.h		syuri.i	
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 🍌		Waist 🍌		Basic 🍌		Waist 🍌		Back & Arm 🍌		jump to burn		Pilates Workout		Back & Arm 🍌	
Maako.M		Miho.Y		Miho.Y		Miho.Y		Aoi.h		syuri.i		Aiko		Aoi.h	
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	
Back & Arm 🍌		Pilates Workout		Beauty Conditioning 🍌		Reset Flow		Hip & Leg 🍌		Style up Pilates		Back & Arm 🍌		Release&Strength	
Aoi.h		meiko		Aoi.h		syuri.i		Sayoko.k		minor.T		Aoi.h		syuri.i	
close	15:00 ~ 16:00			close	15:00 ~ 16:00			15:00 ~ 16:00			close	15:00 ~ 16:00			close
	Basic 🍌				Basic 🍌			Pilates Cardio				Hip & Leg 🍌			
	Miho.Y				Miho.Y			syuri.i				Aiko			
	close				16:30 ~ 17:30			16:30 ~ 17:30				close			
					Body Balance			Back & Arm 🍌							
					meiko			Aoi.h							
					18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00							
			Hip Punch			Pre Basic 🍌									
syuri.i			syuri.i			Sayoko.k									
18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		19:30 ~ 20:30		close	18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		
Style up Pilates		Back & Arm 🍌		Body Balance		Basic 🍌			Waist 🍌		Basic 🍌		Pilates Cardio		
Hina.N		Aoi.h		meiko		Miho.Y			Miho.Y		Miho.Y		meiko		
19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		close			19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		
Beauty Conditioning 🍌		jump to burn		Basic 🍌					Reset Flow		Waist 🍌		Beauty Conditioning 🍌		
Aoi.h		Maki.H		Miho.Y					syuri.i		Miho.Y		Aoi.h		
21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00					21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		
Pilates Cardio		Pre Basic 🍌		Waist 🍌				Basic 🍌		jump to burn		Body Balance			
Hina.N		Maki.H		Miho.Y				Miho.Y		meiko		meiko			

🍌：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 初々錦糸町店		【 09/17 ~ 09/24 】		スケジュール		2026/08/13 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	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
Basic 🍃	Waist 🍃	Hip & Leg 🍃	Pilates Barre		Release&Strength	Waist 🍃	Reset Flow	
Ami.S	Miho.Y	JUKA.W	Hina.N		syuri.i	Miho.Y	syuri.i	
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	
Pilates Barre	Hip & Leg 🍃	Basic 🍃	Release&Strength		Pre Basic 🍃	Beauty Conditioning 🍃	Hip & Leg 🍃	
Aiko	Aiko	Miho.Y	syuri.i		Aiko	Aoi.h	Aiko	
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	
Waist 🍃	Basic 🍃	Pilates Workout	Back & Arm 🍃		Hip Punch	Pilates Workout	Release&Strength	
Ami.S	Miho.Y	Aiko	Aoi.h		syuri.i	Aiko	syuri.i	
15:00 ~ 16:00	close	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	
Hip & Leg 🍃		Body Balance	Waist 🍃		Back & Arm 🍃	Basic 🍃	Pre Basic 🍃	
Aiko		meiko	Miho.Y		Tina.a	Miho.Y	Aiko	
close		16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30		16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30	close
		Hip Punch	Reset Flow		Shape up waist	Back & Arm 🍃		
		Aiko	syuri.i		syuri.i	Aoi.h		
		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	19:30 ~ 20:30	close		Pilates Cardio	Pilates Barre		
Pre Basic 🍃	Back & Arm 🍃	jump to burn			Aiko	Aiko		
meiko	Aoi.h	Aiko			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	18:00 ~ 19:00	
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	close			Basic 🍃	Back & Arm 🍃	Beauty Conditioning 🍃	
Shape up waist	Pilates Barre				Tina.a	Aoi.h	Aoi.h	
meiko	Aiko				close	close	Pilates Cardio	
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00						Aiko	
Back & Arm 🍃	Beauty Conditioning 🍃		21:00 ~ 22:00					
Aoi.h	Aoi.h					Back & Arm 🍃		
						Aoi.h		

pilatesK 初々錦糸町店		【 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	
Body Balance		Beauty Conditioning 🌿		Shape up waist		Back & Arm 🌿		jump to burn		Style up Pilates	
meiko		Aoi.h		meiko		Aoi.h		syuri.i		syuri.i	
12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	
Waist 🌿		Pilates Cardio		Back & Arm 🌿		Hip & Leg 🌿		Basic 🌿		Back & Arm 🌿	
Miho.Y		Aiko		Aoi.h		Aiko		Tina.a		Aoi.h	
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 🌿		Waist 🌿		Pilates Barre		Beauty Conditioning 🌿		Reset Flow		Shape up waist	
Miho.Y		Miho.Y		Aiko		Aoi.h		syuri.i		syuri.i	
close	15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00		close		15:00 ~ 16:00		close		
	Hip Punch		Beauty Conditioning 🌿				Back & Arm 🌿				
	Aiko		Aoi.h				Tina.a				
	16:30 ~ 17:30		16:30 ~ 17:30				close				
	Back & Arm 🌿		Pilates Workout								
	Aoi.h		meiko								
	18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00								
Pilates Barre		Hip & Leg 🌿									
Aiko		Aiko									
18:00 ~ 19:00		19:30 ~ 20:30		close		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	
Shape up waist		Basic 🌿				Waist 🌿		Pilates Barre		Hip & Leg 🌿	
syuri.i		Miho.Y				Miho.Y		Aiko		Aiko	
19:30 ~ 20:30		close				19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	
Pre Basic 🌿						Hip Punch		Waist 🌿		Pilates Cardio	
meiko						Aiko		Miho.Y		Aiko	
21:00 ~ 22:00						21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	
Style up Pilates		close		Basic 🌿		Pilates Workout		Waist 🌿			
syuri.i				Miho.Y		Aiko		Miho.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。