

pilatesK 柳ヶ瀬糸町店		【 09/01 ~ 09/08 】 スケジュール						2026/08/27 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	Miho.Y					
				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	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 柳ヶ瀬糸町店		【 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 🌱	Reset Flow	Back & Arm 🌱	jump to burn	Release&Strength	Hip&Leg 🌱	Beauty Conditioning 🌱	Reset Flow
Maako.M	syuri.i	Aoi.h	syuri.i	syuri.i	minor.i.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 🌱	Release&Strength	Waist 🌱	Back & Arm 🌱	jump to burn	Pilates Workout	Back & Arm 🌱
Maako.M	Miho.Y	syuri.i	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.i.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	
	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	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時間前を切った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、翌月の予約可能回数が1回に制限されます。

pilatesK 初ナ錦糸町店		【 09/17 ~ 09/24 】		スケジュール		2026/08/27 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	18:00 ~ 19:00	
Pre Basic 🌱	Back & Arm 🌱	Waist 🌱	Basic 🌱		Pilates Cardio	Pilates Barre		
meiko	Aoi.h	Miho.Y	Miho.Y		Aiko	Aiko		
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	
Shape up waist	Pilates Barre	jump to burn			Basic 🌱	Back & Arm 🌱	Beauty Conditioning 🌱	
meiko	Aiko	Aiko			Tina.a	Aoi.h	Aoi.h	
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	close			close	close	close	21:00 ~ 22:00
Back & Arm 🌱	Beauty Conditioning 🌱							Pilates Cardio
Aoi.h	Aoi.h						Aiko	
							21:00 ~ 22:00	
							Back & Arm 🌱	
							Aoi.h	

pilatesK 初ナ錦糸町店		【 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		close		
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		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。