

pilatesK 春日店		【 09/01 ~ 09/08 】		スケジュール		2026/09/08 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	
Release&Strength	Basic		Hip&Leg	Back&Arm	Back&Arm		Reset Flow	
natsuki.s	natsuki.s		Aika.H	Rina.A	Sakura.t		karin.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	
Style up Pilates	Back&Arm		Basic	Hip&Leg	Reset Flow		Waist	
natsuki.s	karin.N		Rina.A	Aika.H	karin.N		Aika.H	
13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	
Pre Basic			Waist	Pilates Workout	Basic		Hip&Leg	
karin.N			Aika.H	karin.N	Sakura.t		Aika.H	
close			close	close	15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30	close
					Basic		Release&Strength	
					Rina.A		karin.N	
					close		close	
					17:30 ~ 18:30			
					Waist			
Aika.H								
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	18:00 ~ 19:00			
Back&Arm	Basic	Pilates Cardio	Beauty Conditioning		Basic			
Rina.A	Rina.A	natsuki.s	natsuki.s		natsuki.s			
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30			
Hip&Leg	Shape up waist	Basic	Back&Arm		Pilates Workout			
Aika.H	natsuki.s	natsuki.s	Rina.A		karin.N			
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00			
Basic	Waist	Hip&Leg	Style up Pilates		Beauty Conditioning			
Rina.A	Rina.A	Aika.H	natsuki.s		natsuki.s			

pilatesK 春日店		【 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		
Style up Pilates		Pilates Cardio	Shape up waist	Beauty Conditioning		Pre Basic	Reset Flow		
natsuki.s		natsuki.s	natsuki.s	natsuki.s		karin.N	karin.N		
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		
Shape up waist		Beauty Conditioning	Waist	Basic		Hip&Leg	Waist		
natsuki.s		natsuki.s	Aika.H	Rio		Aika.H	Aika.H		
close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		
		Back&Arm	Style up Pilates	Waist		Pilates Workout			
		karin.N	natsuki.s	natsuki.s		karin.N			
		close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close			
			Hip&Leg	Back&Arm					
			Aika.H	Rio					
			close						
		17:30 ~ 18:30							
		Basic							
		natsuki.s							
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	close	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		
Release&Strength	Back&Arm	Basic				Pilates Cardio	Beauty Conditioning		
karin.N	karin.N	natsuki.s				natsuki.s	natsuki.s		
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
Hip&Leg	Waist	Hip&Leg				Waist	Pre Basic		
Aika.H	Maako.M	Aika.H				Aika.H	karin.N		
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		
Pre Basic	Reset Flow	Waist				Release&Strength	Shape up waist		
karin.N	karin.N	Aika.H				natsuki.s	natsuki.s		

・休館可能レッスン
・クラスの個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時間前まで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回以上で、翌月の予約可能回数が 1回に制限されます。

pilatesK 春日店		【 09/17 ~ 09/24 】 スケジュール						2026/09/06 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	Release&Strength	Basic		Hip&Leg	Waist		
	Rina.A	natsuki.s	natsuki.s		Aika.H	Aika.H		
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		
	Back&Arm	Pre Basic	Shape up waist		Back&Arm	Basic		
	Rina.A	karin.N	natsuki.s		karin.N	karin.N		
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		
	Beauty Conditioning	Waist	Style up Pilates		Waist	Hip&Leg		
	natsuki.s	karin.N	natsuki.s		Aika.H	Aika.H		
	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00		
		Pilates Cardio	Back&Arm		Reset Flow	Pre Basic		
		natsuki.s	Minami.S		karin.N	karin.N		
		close	close		close	close		
	17:30 ~ 18:30	close	17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30		
	Reset Flow		Back&Arm		Pilates Workout			
karin.N	karin.N		karin.N					
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00				
Basic	Hip&Leg	close	close	close	close	Back&Arm		
karin.N	Aika.H					karin.N		
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30					19:30 ~ 20:30		
Hip&Leg	Style up Pilates					Beauty Conditioning		
Aika.H	natsuki.s					natsuki.s		
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00					21:00 ~ 22:00		
Waist	Basic	Style up Pilates						
Aika.H	natsuki.s	natsuki.s						

pilatesK 春日店			【 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			10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
Pre Basic		Hip&Leg		Style up Pilates				Basic		Waist		
karin.N		Aika.H		natsuki.s				natsuki.s		Aika.H		
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30			12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30	
Hip&Leg		Waist		Pilates Workout				Waist		Hip&Leg		
Aika.H		Aika.H		karin.N				Aika.H		Aika.H		
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	14:30 ~ 15:30			13:30 ~ 14:30	close			
Reset Flow		Basic		Back&Arm				Shape up waist				
未確定		Rina.A		karin.N				natsuki.s				
close		15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30				close				
		Back&Arm		Beauty Conditioning								
		Rina.A		natsuki.s								
		close										
		17:30 ~ 18:30										
		Hip&Leg										
		Aika.H										
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close						18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
Back&Arm								Hip&Leg		Basic		
karin.N								Aika.H		natsuki.s		
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30							19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		
Basic								Release&Strength		Reset Flow		
natsuki.s								karin.N		karin.N		
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00							21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
Shape up waist								Pre Basic		Pilates Cardio		
natsuki.s								karin.N		natsuki.s		

・体験可能レッスン
 ・クラスの曜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サイトまでご確認ください。
 ・ご予約されたレッスンをキャンセルされる場合は、1週間前迄にお願いたします。
 ・レッスン開始時間1時間前迄のキャンセルは、時間前迄にお願いたします。
 ※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。