

pilatesK 泉中央店		【 09/01 ~ 09/08 】 スケジュール						2026/08/14 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	
Basic 🍌		Shape up waist				Waist 🍌		Pre Basic 🍌		Back & Arm 🍌				Pilates Cardio	
Ayami.I		Meiko.N				ami.k		Liina.S		Ayami.I				Liina.S	
12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00				12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30				12:00 ~ 13:00	
Back & Arm 🍌		Beauty Conditioning 🍌				Pre Basic 🍌		Hip & Leg 🍌		Reset Flow				Waist 🍌	
Ayami.I		ami.k				Liina.S		Meiko.N		Meiko.N				ami.k	
13:30 ~ 14:30		close				13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30		14:30 ~ 15:30				13:30 ~ 14:30	
Reset Flow						Beauty Conditioning 🍌		Body Balance		Basic 🍌				Shape up waist	
Meiko.N						ami.k		ami.k		Ayami.I				Rico	
close						close		15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30				close	
				Pilates Cardio				Waist 🍌							
				Liina.S				Meiko.N							
				close											
				17:30 ~ 18:30				17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30		Basic 🍌			
Beauty Conditioning 🍌				Pre Basic 🍌		Back & Arm 🍌		Basic 🍌		close		17:30 ~ 18:30			
ami.k				Liina.S		Ayami.I		Ayami.I				Basic 🍌			
19:00 ~ 20:00		19:00 ~ 20:00		19:00 ~ 20:00		19:00 ~ 20:00		Rico							
Pilates Cardio		Hip & Leg 🍌		Pilates Barre		Release&Strength		Body Balance							
Liina.S		Meiko.N		Meiko.N		Liina.S		ami.k							
20:30 ~ 21:30		20:30 ~ 21:30		20:30 ~ 21:30		20:30 ~ 21:30		20:30 ~ 21:30							
Waist 🍌		Release&Strength		Basic 🍌		Back & Arm 🍌		Back & Arm 🍌							
ami.k		Liina.S		Ayami.I		Ayami.I		Ayami.I							

pilatesK 泉中央店		【 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
Release&Strength		Beauty Conditioning 🌿	Reset Flow	Hip & Leg 🌿		Body Balance	Pilates Barre
Liina.S		ami.k	Meiko.N	Meiko.N		ami.k	Liina.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 🌿		Basic 🌿	Waist 🌿	Beauty Conditioning 🌿		Pre Basic 🌿	Pilates Workout
Meiko.N		Ayami.I	ami.k	ami.k		Liina.S	Meiko.N
close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close
		Waist 🌿	Basic 🌿	Shape up waist		Waist 🌿	
		ami.k	Ayami.I	Meiko.N		ami.k	
		close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close	
			Hip & Leg 🌿	Body Balance			
			Meiko.N	ami.k			
			17:30 ~ 18:30	close			
		Back & Arm 🌿	close				
		Ayami.I					
		19:00 ~ 20:00				close	
Beauty Conditioning 🌿	Pre Basic 🌿	Back & Arm 🌿					
ami.k	Liina.S	Ayami.I					
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30		
Basic 🌿	Hip & Leg 🌿	Pilates Cardio	Basic 🌿	Body Balance			
Ayami.I	Meiko.N	Liina.S	Ayami.I	ami.k			

🟢：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 泉中央店

【 09/17 ~ 09/24 】 スケジュール

2026/08/14 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
	Back & Arm 🌱	Hip & Leg 🌱	Pilates Barre		Pilates Cardio	Back & Arm 🌱	
	Ayami.I	Meiko.N	Liina.S		Liina.S	Ayami.I	
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	
	Shape up waist	Release&Strength	Back & Arm 🌱		Basic 🌱	Hip & Leg 🌱	
	Meiko.N	Liina.S	Ayami.I		Ayami.I	Meiko.N	
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	
	Basic 🌱	Back & Arm 🌱	Beauty Conditioning 🌱		Pilates Barre	Basic 🌱	
	Ayami.I	Ayami.I	ami.k		Liina.S	Ayami.I	
	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	
		Reset Flow	Pre Basic 🌱		Back & Arm 🌱	Pilates Workout	
		Meiko.N	Liina.S		Ayami.I	Meiko.N	
		close	close		close	close	
		17:30 ~ 18:30	Pilates Cardio		17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	
Liina.S			Liina.S	Ayami.I			
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	close	close	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30		
Pre Basic 🌱	Body Balance			Reset Flow			
Meiko.N	ami.k			Meiko.N			
19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00			19:00 ~ 20:00			
Waist 🌱	Pilates Barre			Beauty Conditioning 🌱			
ami.k	Meiko.N			ami.k			
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	close	close	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30		
Reset Flow	Waist 🌱			Hip & Leg 🌱			
Meiko.N	ami.k			Meiko.N			

pilatesK 泉中央店

【 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	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Pre Basic 🌱	Pilates Cardio	Beauty Conditioning 🌱		Back & Arm 🌱	Basic 🌱
Liina.S	Liina.S	ami.k		Ayami.I	Ayami.I
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00
Back & Arm 🌱	Basic 🌱	Hip & Leg 🌱		Pilates Workout	Shape up waist
Ayami.I	Ayami.I	Meiko.N		Meiko.N	Meiko.N
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close
Release&Strength	Waist 🌱	Basic 🌱		Basic 🌱	
Liina.S	ami.k	ami.k		Ayami.I	
close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close	
	Pre Basic 🌱	Shape up waist			
	Liina.S	Meiko.N			
	close				
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	
Hip & Leg 🌱	close	close	Pre Basic 🌱	Waist 🌱	
Meiko.N			Liina.S	ami.k	
19:00 ~ 20:00			19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	
Basic 🌱			Body Balance	Pre Basic 🌱	
Ayami.I			ami.k	Liina.S	
20:30 ~ 21:30			20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	
Pilates Workout	Pilates Barre	Beauty Conditioning 🌱			
Meiko.N	Liina.S	ami.k			

🌱 : 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。