

pilatesK 渋谷店		【 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		close		10:30 ~ 11:30	
Release&Strength		Basic		Back & Arm		Body Balance		Release&Strength		Back & Spine				Beauty Conditioning	
Marika.h		Azumi.S		Seina.t		makiho		Azumi.S		makiho				Seina.t	
12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30		close		12:00 ~ 13:00	
Pre Basic		Back & Spine		jump to burn		Reset Flow		Back & Arm		Basic				Hip Punch	
Seina.t		makiho		Azumi.S		makiho		Seina.t		Hinata.h				RIRI.G	
13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30		14:30 ~ 15:30		close		14:30 ~ 15:30	
Back & Arm		jump to burn		Beauty Conditioning		Pre Basic		Hip Punch		Pilates Cardio				Pre Basic	
Marika.h		Azumi.S		Seina.t		Honoka.K		RIRI.G		makiho				Seina.t	
close		close		close		close		15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30		close		close	
								jump to burn		Basic					
								Azumi.S		Hinata.h					
								16:30 ~ 17:30							
								Beauty Conditioning							
								Seina.t							
								18:00 ~ 18:30							
Style up Pilates															
RIRI.G															
18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		close		close		close		18:00 ~ 19:00	
Basic		Back & Arm		Basic		Style up Pilates									
Azumi.S		Seina.t		Honoka.K		RIRI.G									
19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		close		close		close		19:30 ~ 20:30	
Waist		Reset Flow		Release&Strength		Style up Pilates								Reset Flow	
Seina.t		makiho		Azumi.S		RIRI.G								makiho	
21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00								21:00 ~ 22:00	
jump to burn		Beauty Conditioning		Basic		Hip Punch								Back & Spine	
Azumi.S		Seina.t		Hinata.h		RIRI.G								makiho	

pilatesK 渋谷店		【 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
Release&Strength	jump to burn	Hip Punch	jump to burn	Basic	Hip Punch	Style up Pilates	Body Balance
Azumi.S	Akane	RIRI.G	Azumi.S	Azumi.S	RIRI.G	RIRI.G	YUKA.I
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00
Pilates Cardio	Basic	Back & Arm	Pilates Cardio	Reset Flow	Back & Arm	Back & Spine	Beauty Conditioning
makiho	Azumi.S	Seina.t	makiho	makiho	Seina.t	makiho	Seina.t
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30
Hip & Leg	Body Balance	Release&Strength	Waist	Hip & Leg	Basic	Hip Punch	Pilates Cardio
Azumi.S	Akane	RIRI.G	Seina.t	Azumi.S	RIRI.G	RIRI.G	YUKA.I
close	close	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	close	close	close
			Body Balance	Pilates Cardio			
			makiho	makiho			
			16:30 ~ 17:30				
			Back & Arm				
			Seina.t				
			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	18:00 ~ 19:00	
Basic	Release&Strength	Waist		Release&Strength	Hip & Leg	Style up Pilates	
RIRI.G	RIRI.G	Lico.O		Azumi.S	Azumi.S	RIRI.G	
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	19:30 ~ 20:30
Back & Arm	Hip & Leg	Beauty Conditioning		Hip & Leg	Body Balance	Waist	
Seina.t	Azumi.S	Seina.t		Azumi.S	makiho	Seina.t	
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 Punch	Style up Pilates	Hip & Leg		Pilates Cardio	Basic	Release&Strength	
RIRI.G	RIRI.G	Lico.O	makiho	Azumi.S	RIRI.G		

 :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 渋谷店		【 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	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
Waist 🌱	Basic 🌱	Reset Flow	Waist 🌱	Pilates Cardio	Release&Strength	Hip & Leg 🌱	Style up Pilates	
Rena.j	Azumi.S	makiho	Rena.j	makiho	RIRI.G	RIRI.G	RIRI.G	
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	
jump to burn	Waist 🌱	Basic 🌱	Beauty Conditioning 🌱	Style up Pilates	Pre Basic 🌱	Waist 🌱	Hip & Leg 🌱	
Azumi.S	Rena.j	Azumi.S	Seina.t	RIRI.G	Seina.t	Rena.j	RIRI.G	
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	
Back & Arm 🌱	Hip & Leg 🌱	Pilates Cardio	Back & Arm 🌱	Beauty Conditioning 🌱	Waist 🌱	Style up Pilates	Pre Basic 🌱	
Rena.j	Azumi.S	makiho	Rena.j	Seina.t	Rena.j	RIRI.G	Seina.t	
close	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	close	
		Back & Arm 🌱	Pre Basic 🌱	Hip & Leg 🌱	Beauty Conditioning 🌱	jump to burn		
		Rena.j	Seina.t	Azumi.S	Seina.t	Azumi.S		
		16:30 ~ 17:30	close	16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30		
		Release&Strength		Basic 🌱	jump to burn	Back & Arm 🌱		
		Azumi.S		RIRI.G	RIRI.G	Rena.j		
		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		
		Waist 🌱		Release&Strength	Back & Arm 🌱	Basic 🌱		
		Rena.j		Azumi.S	Rena.j	Azumi.S		
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	close	close	close	close	18:00 ~ 19:00	
Beauty Conditioning 🌱	Back & Arm 🌱						Waist 🌱	
Seina.t	Seina.t						Rena.j	
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30						19:30 ~ 20:30	
Release&Strength	Waist 🌱						Basic 🌱	
Azumi.S	Rena.j						Azumi.S	
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00						21:00 ~ 22:00	
Pre Basic 🌱	Beauty Conditioning 🌱						jump to burn	
Seina.t	Seina.t						Azumi.S	

pilatesK 渋谷店		【 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 🌱	Waist 🌱	Hip & Leg 🌱	Basic 🌱	Pilates Cardio	Back & Spine
Rena.j	Rena.j	Azumi.S	RIRI.G	makiho	makiho
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00
Beauty Conditioning 🌱	Pre Basic 🌱	Body Balance	Back & Arm 🌱	Basic 🌱	Reset Flow
Seina.t	Seina.t	makiho	Rena.j	RIRI.G	ayaka
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30
Waist 🌱	Back & Arm 🌱	Basic 🌱	Style up Pilates	Back & Spine	Waist 🌱
Rena.j	Rena.j	Azumi.S	RIRI.G	makiho	Rena.j
close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	close	close	close
	Hip & Leg 🌱	Pilates Cardio			
	Azumi.S	makiho			
	16:30 ~ 17:30				
	Beauty Conditioning 🌱				
	Seina.t				
	18:00 ~ 19:00				
	jump to burn				
Azumi.S					
18:00 ~ 19:00	close	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
Reset Flow			Hip & Leg 🌱	Release&Strength	Basic 🌱
makiho			Ena.N	RIRI.G	Azumi.S
19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
Back & Arm 🌱			Waist 🌱	Back & Arm 🌱	jump to burn
Seina.t			Rena.j	Rena.j	Azumi.S
21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
Back & Spine			Body Balance	Waist 🌱	Hip Punch
makiho			Ena.N	Rena.j	RIRI.G

🌱 : 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。