

pilatesK NU茶屋町店		【 08/01 ~ 08/08 】 スケジュール						2026/08/14 更新
08/01	08/02	08/03	08/04	08/05	08/06	08/07	08/08	
土	日	月	火	水	木	金	土	
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	Pre Basic		Basic	Release&Strength	Hip & Leg	Basic	Back & Arm	
MIYU.Y	Nagi.m		Ayari.f	Ayari.f	Suzu.K	MIYU.Y	Yukari.K	
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	
Animal Stretch	Back&Arm		Waist	jump to burn	Beauty condithoning	Back & Spine	Waist	
Suzu.K	MIYU.Y		MIYU.Y	Suzu.K	Ayari.f	Nagi.m	MIYU.Y	
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	Basic		Beauty condithoning	Hip & Leg	Basic	Waist	Advance	
Yukari.K	Suzu.K		Ayari.f	Ayari.f	未定	MIYU.Y	Nagi.m	
15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00	
Waist	Body Balance		Back & Arm		Hip Punch		Basic	
MIYU.Y	Nagi.m		MIYU.Y		Ayari.f		MIYU.Y	
16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30						16:30 ~ 17:30	
Basic	Waist						Shape up waist	
Suzu.K	MIYU.Y						Nagi.m	
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00						18:00 ~ 19:00	
Back & Arm	Pilates Workout						Basic	
Yukari.K	Suzu.K						Yukari.K	
19:30 ~ 20:30			close	close	close	close	19:30 ~ 20:30	
Reset Flow			17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	Body Balance	
Suzu.K			Shape up waist	Back & Arm	Advance	Back & Arm	未定	
			Nagi.m	Yukari.K	Nagi.m	Yukari.K		
			19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00		
			Back & Arm	Basic	Back & Spine	Shape up waist		
			Yukari.K	Ayari.f	Nagi.m	Nagi.m		
			20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30		
			Body Balance	Back & Arm	Pilates Workout	Basic		
close	close	close	Nagi.m	Yukari.K	Suzu.K	Yukari.K	close	

pilatesK NU茶屋町店		【 08/09 ~ 08/16 】 スケジュール					
08/09	08/10	08/11	08/12	08/13	08/14	08/15	08/16
日	月	火	水	木	金	土	日
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
Hip Punch	Body Balance	Back & Spine	Basic	Back & Arm	Reset Flow	Animal Stretch	Beauty condithoning
Ayari.f	Nagi.m	Nagi.m	Yukari.K	Yukari.K	Suzu.K	Suzu.K	Ayari.f
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	Reset Flow	Hip & Leg	Hip Punch	Body Balance	Basic	Back & Arm	Shape up waist
Yukari.K	Suzu.K	Suzu.K	Ayari.f	Nagi.m	MIYU.Y	Yukari.K	Nagi.m
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
Pilates Workout	Back & Spine	Basic	Waist	Back & Arm	jump to burn	Pilates Workout	Basic
Suzu.K	Nagi.m	MIYU.Y	MIYU.Y	Yukari.K	Suzu.K	Suzu.K	Yukari.K
15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00
Release&Strength		Advance		Shape up waist		Back & Spine	Hip Punch
Ayari.f		Nagi.m		Nagi.m		Nagi.m	Ayari.f
16:30 ~ 17:30		16:30 ~ 17:30				16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30
Back & Arm		jump to burn				Basic	Advance
Yukari.K		Suzu.K				Yukari.K	Nagi.m
18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
jump to burn		Basic				Body Balance	Back & Arm
Suzu.K		MIYU.Y				Nagi.m	Yukari.K
	17:30 ~ 18:30	19:30 ~ 20:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	19:30 ~ 20:30	
	Waist	Animal Stretch	Pre Basic	Hip Punch	Release&Strength	Waist	
	MIYU.Y	Suzu.K	Nagi.m	Ayari.f	Ayari.f	MIYU.Y	
	19:00 ~ 20:00		19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00		
	Beauty condithoning		Pilates Workout	Pre Basic	Waist		
	Ayari.f		Suzu.K	Nagi.m	MIYU.Y		
	20:30 ~ 21:30		20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30		
	Basic		Shape up waist	Beauty condithoning	Hip & Leg		
close	MIYU.Y	close	Nagi.m	Ayari.f	Ayari.f	close	close

・体験可能レッスン
 ・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週間前までにお申し込みしております。
 ・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 NU茶屋町店		【 08/17 ~ 08/24 】 スケジュール						2026/08/14 更新
08/17	08/18	08/19	08/20	08/21	08/22	08/23	08/24	
月	火	水	木	金	土	日	月	
close	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	
	Advance	Shape up waist	Basic	Back&Arm	Hip&Leg	Release&Strength	Hip&Leg	
	Nagi.m	Nagi.m	MIYU.Y	Yukari.K	Ayari.f	Ayari.f	rina	
	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	Release&Strength	Hip&Leg	Animal Stretch	Basic	Advance	Waist	
	Suzu.K	Ayari.f	Suzu.K	Suzu.K	Yukari.K	Nagi.m	MIYU.Y	
	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&Spine	Pre Basic	Waist	Basic	Beauty conditioning	Back&Arm	Release&Strength	
	Nagi.m	Nagi.m	MIYU.Y	Yukari.K	Ayari.f	Yukari.K	rina	
	15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00		
	Reset Flow		Pilates Workout		Back&Arm	Hip&Leg		
	Suzu.K		Suzu.K		Yukari.K	Ayari.f		
			16:30 ~ 17:30		16:30 ~ 17:30			
			Body Balance		Basic			
			Nagi.m		Yukari.K			
		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00					
		Waist	Back&Spine					
	close	close	close	close	MIYU.Y	Nagi.m	close	
	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	19:30 ~ 20:30		17:30 ~ 18:30	
	Back&Arm	Basic	Release&Strength	Waist	Basic		Basic	
	Yukari.K	Yukari.K	Ayari.f	MIYU.Y	MIYU.Y		MIYU.Y	
	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00			19:00 ~ 20:00	
	Waist	Beauty conditioning	Back&Spine	Reset Flow			Reset Flow	
	MIYU.Y	Ayari.f	Nagi.m	Suzu.K			Suzu.K	
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30				
Basic	Back&Arm	Hip Punch	Waist	close	close		20:30 ~ 21:30	
Yukari.K	Yukari.K	Ayari.f	MIYU.Y			jump to burn		
						Suzu.K		

pilatesK NU茶屋町店		【 08/25 ~ 08/31 】		スケジュール		
08/25	08/26	08/27	08/28	08/29	08/30	08/31
火	水	木	金	土	日	月
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	Beauty Conditioning	Reset Flow	Waist	Basic	Back&Arm	Animal Stretch
Nagi.m	Ayari.f	Suzu.K	MIYU.Y	Yukari.K	Yukari.K	rina
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
Back&Arm	Pilates Workout	Animal Stretch	Basic	Release&Strength	Jump to burn	Basic
Yukari.K	Suzu.K	Suzu.K	MIYU.Y	Ayari.f	Suzu.K	MIYU.Y
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
Shape up waist	Waist	Basic	Back&Spine	Basic	Body Balance	Hip&Leg
Nagi.m	MIYU.Y	Yukari.K	Nagi.m	MIYU.Y	Nagi.m	rina
15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	
Basic		Hip&Leg		Back&Arm	Basic	
Yukari.K		Suzu.K		Yukari.K	Yukari.K	
close		16:30 ~ 17:30		16:30 ~ 17:30		
		Waist		Shape up waist		
		MIYU.Y		Nagi.m		
close		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			
		Body Balance	Hip&Leg			
		Nagi.m	Suzu.K			
close	close	close	close	19:30 ~ 20:30		close
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30
jump to burn	Back&Arm	Basic	Pre Basic	Back&Spine		Pilates Workout
Suzu.K	Yukari.K	Yukari.K	Nagi.m	Nagi.m		Suzu.K
19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00			19:00 ~ 20:00
Basic	Body Balance	Hip Punch	jump to burn			Basic
MIYU.Y	Nagi.m	Ayari.f	Suzu.K		Yukari.K	
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30		20:30 ~ 21:30	
Waist	Basic	Beauty conditioning	Hip&Leg	close	close	Back&Arm
MIYU.Y	Yukari.K	Ayari.f	Suzu.K			Yukari.K

・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週間前迄にお申し立てが必要です。
 ・レッスン開始時刻1時間前迄のキャンセルは、キャンセル料がかかります。
 ※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。