

pilatesK 枳乃錦糸町店		【 09/01 ~ 09/08 】		スケジュール		2026/09/10 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	minoru.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	minoru.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
				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
Hip & Leg 🌱	Reset Flow	jump to burn	Waist 🌱	Hip Punch		Release&Strength	
Aiko	syuri.i	Aiko	Miho.Y		Aiko	syuri.i	

pilatesK 枳乃錦糸町店		【 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		minoru.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		minoru.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			
	close				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回以上で、翌月の予約可能回数が1回に制限されます。

pilatesK 刈ヶ谷錦糸町店		【 09/17 ~ 09/24 】		スケジュール		2026/09/10 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 🍌	Body Balance		Release&Strength	Waist 🍌	Reset Flow	
Aml.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	
Aml.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	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	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		
Waist 🍌		Basic 🍌	Pilates Cardio		Pilates Barre			
Miho.Y		Miho.Y	Aiko		Aiko			
18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	19:30 ~ 20:30		close	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	18:00 ~ 19:00
Pre Basic 🍌	Back & Arm 🍌	jump to burn	Basic 🍌			Back & Arm 🍌	Beauty Conditioning 🍌	
meiko	Aoi.h	Aiko	Tina.a			Aoi.h	Aoi.h	
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	close	close			close	19:30 ~ 20:30	
Shape up waist	Pilates Barre						Pilates Cardio	
meiko	Aiko						Aiko	
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00						21:00 ~ 22:00	
Back & Arm 🍌	Beauty Conditioning 🍌						Back & Arm 🍌	
Aoi.h	Aoi.h	Aoi.h						

pilatesK 初ノ錦糸町店		【 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				
	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時間前を切った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。