

pilatesK 京都四条烏丸店

【 10/01 ~ 10/08 】 スケジュール

2026/09/12 更新

10/01	10/02	10/03	10/04	10/05	10/06	10/07	10/08	
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 🏋️	Pre Basic 🏋️	Waist 🏋️		Basic 🏋️	Pilates Workout		
	Mai.N	Maiki.N	asami.s		asami.s	Mai.N		
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		
	Hip&Leg 🏋️	Beauty Conditioning 🏋️	Back&Spine		Body Balance	Basic 🏋️		
	HADUKI.I	HADUKI.I	Maiki.N		Mai.N	asami.s		
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		
	Pilates Workout	jump to burn	Basic 🏋️		Hip&Leg 🏋️	Back&Arm 🏋️		
	Mai.N	Maiki.N	asami.s		asami.s	Mai.N		
	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close	close		close
		Waist 🏋️	jump to burn					
		asami.s	Maiki.N					
		16:30 ~ 17:30						
Back&Arm 🏋️								
	HADUKI.I							
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
Hip&Leg 🏋️	Style up Pilates	close	close	close	Pre Basic 🏋️	Hip Punch	Body Balance	
Mai.N	HADUKI.I				Mai.N	Maiki.N	Mai.N	
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
Waist 🏋️	Back&Spine				Beauty Conditioning 🏋️	jump to burn	Basic 🏋️	
asami.s	Maiki.N				HADUKI.I	HADUKI.I	Maiki.N	
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
Body Balance	Hip Punch				Style up Pilates	Back&Spine	Hip&Leg 🏋️	
Mai.N	Maiki.N				HADUKI.I	Maiki.N	Maiki.N	

pilatesK 京都四条烏丸店

【 10/09 ~ 10/16 】 スケジュール

10/09	10/10	10/11	10/12	10/13	10/14	10/15	10/16	
金	土	日	月	火	水	木	金	
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	
Hip Punch	Style up Pilates	Pre Basic 🏆		Back & Arm 🏆	Back & Spine		Body Balance	
Maiki.N	HADUKI.I	Maiki.N		HADUKI.I	Maiki.N		Mai.N	
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	
Waist 🏆	Hip & Leg 🏆	Back & Arm 🏆		Hip Punch	Waist 🏆		Basic 🏆	
asami.s	asami.s	HADUKI.I		Maiki.N	asami.s		asami.s	
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	
Basic 🏆	Back & Spine	Hip Punch		Style up Pilates	Basic 🏆		Waist 🏆	
Maiki.N	Maiki.N	Maiki.N		HADUKI.I	Maiki.N		asami.s	
close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close	close		close	close
	Back & Arm 🏆	Style up Pilates						
	HADUKI.I	HADUKI.I						
	16:30 ~ 17:30							
	Basic 🏆							
	Maiki.N							
18:00 ~ 19:00								
18:00 ~ 19:00	close	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		
Basic 🏆			Waist 🏆	Basic 🏆	Pilates Workout	Hip & Leg 🏆		
asami.s			asami.s	asami.s	Mai.N	Mai.N		
19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
Back & Arm 🏆			Hip & Leg 🏆	Back & Arm 🏆	Hip Punch	Style up Pilates		
HADUKI.I			Maiki.N	HADUKI.I	Maiki.N	HADUKI.I		
21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		
Beauty Conditioning 🏆			Basic 🏆	Beauty Conditioning 🏆	Pre Basic 🏆	Back & Arm 🏆		
HADUKI.I			asami.s	HADUKI.I	Mai.N	HADUKI.I		

🟢：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 京都四条烏丸店

【 10/17 ~ 10/24 】 スケジュール

2026/09/12 更新

10/17	10/18	10/19	10/20	10/21	10/22	10/23	10/24
土	日	月	火	水	木	金	土
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Hip & Leg 🌱	Basic 🌱		Waist 🌱	Basic 🌱		Back & Spine	Pilates Workout
asami.s	momo. O		asami.s	momo. O		Maiki.N	Mai.N
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00
Pilates Workout	Waist 🌱		Beauty Conditioning 🌱	Hip & Leg 🌱		Style up Pilates	Back & Arm 🌱
Mai.N	asami.s		HADUKI.I	asami.s		HADUKI.I	HADUKI.I
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 🌱	jump to burn		Basic 🌱	Pilates Workout		Pre Basic 🌱	Waist 🌱
HADUKI.I	momo. O		asami.s	Mai.N		Maiki.N	asami.s
15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close	close		close	close
Basic 🌱	Hip & Leg 🌱	Body Balance					
asami.s	asami.s	Mai.N					
16:30 ~ 17:30	close	16:30 ~ 17:30					
Pre Basic 🌱		Style up Pilates					
Mai.N		HADUKI.I					
18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00					
Beauty Conditioning 🌱		Hip & Leg 🌱					
HADUKI.I		asami.s					
close		close			18:00 ~ 19:00		
			Style up Pilates	Back & Spine	jump to burn	Back & Arm 🌱	
			HADUKI.I	Maiki.N	Maiki.N	HADUKI.I	
			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
	Basic 🌱		Beauty Conditioning 🌱	Hip & Leg 🌱	jump to burn		
	Mai.N		HADUKI.I	asami.s	momo. O		
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		
Body Balance	Hip Punch	Basic 🌱	Hip & Leg 🌱				
Mai.N	Maiki.N	asami.s	momo. O				

pilatesK 京都四条烏丸店

【 10/25 ~ 10/31 】 スケジュール

10/25	10/26	10/27	10/28	10/29	10/30	10/31										
日	月	火	水	木	金	土										
10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30										
Body Balance		Pre Basic 🌱	Hip Punch		Basic 🌱	Body Balance										
Mai.N		Mai.N	Maiki.N		Mai.N	Mai.N										
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00										
Basic 🌱		jump to burn	Beauty Conditioning 🌱		Hip & Leg 🌱	Basic 🌱										
asami.s		HADUKI.I	HADUKI.I		asami.s	asami.s										
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30										
Back & Arm 🌱		Pilates Workout	Hip & Leg 🌱		Body Balance	Style up Pilates										
Mai.N		Mai.N	HADUKI.I		Mai.N	HADUKI.I										
16:30 ~ 17:30		close	close		close	15:00 ~ 16:00										
Waist 🌱						Pre Basic 🌱										
asami.s						Maiki.N										
close						16:30 ~ 17:30										
						Waist 🌱										
						asami.s										
						18:00 ~ 19:00										
						Hip Punch										
						Maiki.N										
						18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close						
						Hip & Leg 🌱	jump to burn	Basic 🌱	Waist 🌱							
						HADUKI.I	Maiki.N	Maiki.N	asami.s							
						19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30							
						Hip Punch	Waist 🌱	Body Balance	Back & Arm 🌱							
Maiki.N	asami.s	Mai.N	HADUKI.I													
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00												
Back & Spine	Basic 🌱	Back & Spine	jump to burn													
Maiki.N	asami.s	Maiki.N	HADUKI.I													

🌱 : 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。