

pilatesK 京都四条烏丸店

【 10/01 ~ 10/08 】 スケジュール

2026/09/29 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         |               | 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 🌿               |               | Back & Arm 🌿     |
| asami.s               | asami.s          | HADUKI.I              |               | Maiki.N          | asami.s               |               | HADUKI.I         |
| 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 🌿               |               | Style up Pilates |
| Maiki.N               | Maiki.N          | Maiki.N               |               | HADUKI.I         | Maiki.N               |               | HADUKI.I         |
| close                 | 15:00 ~ 16:00    | 16:30 ~ 17:30         |               | close            | close                 |               | close            |
|                       | Back & Arm 🌿     | Style up Pilates      |               |                  |                       |               |                  |
|                       | HADUKI.I         | HADUKI.I              |               |                  |                       |               |                  |
|                       | 16:30 ~ 17:30    | close                 |               |                  |                       |               |                  |
|                       | Basic 🌿          |                       |               |                  |                       |               |                  |
|                       | Maiki.N          |                       |               |                  |                       |               |                  |
|                       | 18:00 ~ 19:00    |                       |               |                  |                       |               |                  |
| Waist 🌿               |                  |                       |               |                  |                       |               |                  |
| asami.s               |                  |                       |               |                  |                       |               |                  |
| 18:00 ~ 19:00         | close            | close                 | 18:00 ~ 19:00 | 18:00 ~ 19:00    | 18:00 ~ 19:00         | 18:00 ~ 19:00 |                  |
| Basic 🌿               |                  |                       | Hip & Leg 🌿   | Basic 🌿          | Pilates Workout       | Hip & Leg 🌿   |                  |
| asami.s               |                  |                       | Maiki.N       | 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 🌿          |                  |                       | Waist 🌿       | Back & Arm 🌿     | Beauty Conditioning 🌿 | Basic 🌿       |                  |
| HADUKI.I              |                  |                       | asami.s       | HADUKI.I         | HADUKI.I              | asami.s       |                  |
| 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 🌿   | Waist 🌿          |                       |               |                  |
| HADUKI.I              | asami.s          | HADUKI.I              | Mai.N         | asami.s          |                       |               |                  |

🌿：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。

pilatesK 京都四条烏丸店

【 10/17 ~ 10/24 】 スケジュール

2026/09/29 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 🌿           | close           |               |                  |                 |
| 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               |               | Maiki.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         | 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       |       |
|               |               |                 |                       |               |               |                  | close         | close |
|               |               |                 |                       |               |               |                  |               |       |
|               |               |                 |                       |               |               |                  |               |       |
|               |               |                 |                       |               |               |                  |               |       |
|               |               |                 |                       |               |               |                  |               |       |
| 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。