

pilatesK 新潟店		【 10/01 ~ 10/08 】		スケジュール		2026/06/19 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	
	Basic	jump to burn	Hip&Leg		Waist	Beauty Conditioning		
	Chika.s	Aoi.N	Erika.F		Erika.F	Chika.s		
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		
	Pilates Barre	Basic	Body Balance		Pilates Cardio	Pilates Barre		
	Erika.F	Chika.s	Kasumi.s		Aoi.N	Erika.F		
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30			
	Beauty Conditioning	Release&Strength	Waist		Hip&Leg			
	Chika.s	Aoi.N	Erika.F		Erika.F			
	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close			close
		Back & Arm	Pilates Barre					
		Chika.s	Kasumi.s					
17:30 ~ 18:30								
PreBasic								
Aoi.N								
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		
Back & Arm	Waist			Basic	Back & Arm	Pilates Cardio		
Chika.s	Erika.F			Chika.s	yuka.U	Aoi.N		
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
Pilates Barre	Pilates Cardio			Back & Arm	jump to burn	Back & Arm		
Erika.F	Aoi.N	yuka.U	Aoi.N	Chika.s				
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		
Back & Arm	Hip & Leg			Beauty Conditioning	Basic	Release&Strength		
Chika.s	Erika.F			Chika.s	yuka.U	Aoi.N		

pilatesK 新潟店		【 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 jump to burn Aoi.N	10:30 ~ 11:30 Basic Chika.s	10:30 ~ 11:30 Waist Erika.F	close	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre Erika.F	10:30 ~ 11:30 Back&Arm Chika.s	close	10:30 ~ 11:30 Release&Strength Aoi.N							
12:00 ~ 13:00 Hip&Leg Erika.F	12:00 ~ 13:00 Waist Erika.F	12:30 ~ 13:30 Basic Chika.s		12:00 ~ 13:00 Back&Arm Chika.s	12:30 ~ 13:30 Basic yuka.U		12:00 ~ 13:00 Back&Arm yuka.U							
13:30 ~ 14:30 PreBasio Aoi.N	13:30 ~ 14:30 Back&Arm Chika.s	14:30 ~ 15:30 Hip&Leg Erika.F		13:30 ~ 14:30 Waist Erika.F	close		13:30 ~ 14:30 Pilates Cardio Aoi.N							
close	15:00 ~ 16:00 Pilates Barre Erika.F	16:30 ~ 17:30 Back&Arm Chika.s		close			close	close						
	17:30 ~ 18:30 Beauty Conditioning Chika.s	close												
	close													
									close					
										close				
close														
				close										
							close							
								close						
											close			
					18:00 ~ 19:00 Basic yuka.U	close						18:00 ~ 19:00 Back&Arm yuka.U	18:00 ~ 19:00 jump to burn Aoi.N	18:00 ~ 19:00 Body Balance Aoi.N
		19:30 ~ 20:30 Waist Erika.F			19:30 ~ 20:30 Pilates Cardio Aoi.N							19:30 ~ 20:30 Basic yuka.U	19:30 ~ 20:30 Beauty Conditioning Chika.s	19:30 ~ 20:30 Basic yuka.U
	21:00 ~ 22:00 Back&Arm yuka.U	21:00 ~ 22:00 Basic yuka.U			21:00 ~ 22:00 Release&Strength Aoi.N							21:00 ~ 22:00 PreBasio Aoi.N	21:00 ~ 22:00 Beauty Conditioning Chika.s	

・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。

