

pilatesK 春日店		【 10/01 ~ 10/08 】				スケジュール		2026/09/18 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	close	close		
	Pilates Workout	Basic 🌱	Back & Arm 🌱		Pre Basic 🌱				
	karin.N	Rina.A	Rina.A		Aika.H				
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00				
	Hip & Leg 🌱	Release&Strength	Pre Basic 🌱		Back & Arm 🌱				
	Karin.M	karin.N	karin.N		karin.N				
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30			14:00 ~ 15:00	
	Basic 🌱	Waist 🌱	Hip & Leg 🌱		Release&Strength			Shape up waist	
	karin.N	Karin.M	karin.N		Karin.M	Karin.M			
	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		15:00 ~ 16:00	15:30 ~ 16:30			
		Back & Arm 🌱	Basic 🌱		Hip & Leg 🌱	Basic 🌱			
		Rina.A	Rina.A		Aika.H	Rina.A			
		close	close		close	close			
	17:30 ~ 18:30	Pilates Barre			17:30 ~ 18:30				
	Karin.M				Shape up waist				
	Karin.M								
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	close	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			
Style up Pilates	Waist 🌱				Pilates Cardio	Waist 🌱			
natsuki.s	natsuki.s				Sakura	Aika.H			
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
Hip & Leg 🌱	Style up Pilates				Back & Arm 🌱	Basic 🌱			
Aika.H	natsuki.s				Rina.A	Rina.A			
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00						
Beauty Conditioning 🌱	Hip & Leg 🌱				Style up Pilates	Back & Arm 🌱			
natsuki.s	Aika.H				Sakura	karin.N			

pilatesK 春日店			【 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 & Leg 🌱		Back & Arm 🌱	Basic 🌱		Waist 🌱	Hip & Leg 🌱		Style up Pilates										
Aika.H		karin.N	Rina.A		Aika.H	Aika.H		AN.S										
12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00										
Pre Basic 🌱		Hip & Leg 🌱	Waist 🌱		Basic 🌱	Back & Arm 🌱		Waist 🌱										
Aika.H		Aika.H	karin.N		Rina.A	Rina.A		Karin.M										
13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30										
Waist 🌱		Pre Basic 🌱	Back & Arm 🌱		Hip & Leg 🌱			Pilates Workout										
Rina.A		Aika.H	Rina.A		Aika.H			AN.S										
close		15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close													
		Waist 🌱	Pilates Cardio															
		Karin.M	Karin.M															
		close	close															
17:30 ~ 18:30	close																	
Pilates Workout																		
karin.N																		
18:00 ~ 19:00		close	close		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00										
Back & Arm 🌱					Waist 🌱	Pilates Barre	Shape up waist	Beauty Conditioning 🌱										
karin.N					Rina.A	Karin.M	Karin.M	natsuki.s										
19:30 ~ 20:30					19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30										
Shape up waist					Pilates Workout	Waist 🌱	Beauty Conditioning 🌱	Back & Arm 🌱										
Karin.M					karin.N	karin.N	未確定	Rina.A										
21:00 ~ 22:00					21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00										
Release&Strength					Back & Arm 🌱	Pilates Cardio	Hip & Leg 🌱	Basic 🌱										
karin.N		karin.N	Karin.M		Karin.M	natsuki.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週間前迄にお願いしております。
 ・レッスン開始時刻1時間前を切つて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。

スケジュール

更新

pilatesK 春日店		【 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								
Beauty Conditioning 🍌		Back & Arm 🍌	Pre Basic 🍌		Pilates Barre	Waist 🍌								
未確定		karin.N	Aika.H		Karin.M	karin.N								
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00							
Pilates Barre		Pilates Workout	Waist 🍌		Shape up waist	Basic 🍌								
Karin.M		karin.N	karin.N		Karin.M	Rina.A								
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30							
Basic 🍌		Basic 🍌			Hip & Leg 🍌	Beauty Conditioning 🍌								
Rina.A		Rina.A			Aika.H	未確定								
16:30 ~ 17:30		close			close	close	15:00 ~ 16:00							
Waist 🍌							Pilates Barre							
Karin.M							Karin.M							
close							close	close	close	close				
										17:30 ~ 18:30				
										Pilates Cardio				
										Karin.M				
			18:00 ~ 19:00							18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		
			Waist 🍌							Hip & Leg 🍌	Back & Arm 🍌	Style up Pilates		
			Aika.H							karin.N	Rina.A	Minami.S		
	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30										
	Back & Arm 🍌	Pilates Cardio	Hip & Leg 🍌	Pre Basic 🍌										
	Rina.A	Karin.M	Aika.H	Aika.H										
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00											
Hip & Leg 🍌	Release&Strength	Basic 🍌	Back & Arm 🍌											
Aika.H	Karin.M	Rina.A	Minami.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週間前迄にお願いしております。
- ・レッスン開始時刻1時間前を切つて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、翌月の予約可能回数が1回に制限されます。