

pilatesK 柏店		【 10/01 ~ 10/08 】			スケジュール		2026/09/23 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	
	Basic 🌱	Back & Arm 🌱	Hip & Leg 🌱		Waist 🌱			
	yune.y	mei.o	Hikari.K		Aisha.M			
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00			
	Waist 🌱	Basic 🌱	Body Balance		Release&Strength			
	Akari	yune.y	mei.o		mei.o			
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	14:00 ~ 15:00		
	Basic 🌱	Style up Pilates	Basic 🌱		Hip & Leg 🌱	Basic 🌱		
	yune.y	mei.o	Hikari.K		Aisha.M	yune.y		
	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		15:00 ~ 16:00	15:30 ~ 16:30		
		Release&Strength	Back & Arm 🌱		Basic 🌱	jump to burn		
		mei.o	mei.o		yune.y	Akari		
		close	close		close	close		close
			17:30 ~ 18:30			17:30 ~ 18:30		
Basic 🌱	mei.o	close						
yune.y	close							
18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00				
jump to burn			Pilates Barre	Style up Pilates		Body Balance		
Akari			Hina.E	mei.o		Sayoko.k		
19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		
Hip & Leg 🌱		Pilates Cardio	Release&Strength	Basic 🌱				
mei.o	Akari	Akari	yune.y					
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				
Beauty Conditioning 🌱	Release&Strength	Back & Arm 🌱	Pre Basic 🌱					
Akari	Hina.E	mei.o	Sayoko.k					

pilatesK 柏店		【 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
Back & Arm 🌱	Pilates Cardio	Pilates Barre		Basic 🌱	Basic 🌱		Style up Pilates
mei.o	Akari	Hina.E		yune.y	yune.y		mei.o
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00
Pilates Barre	Basic 🌱	jump to burn		Pilates Barre	Beauty Conditioning 🌱		Waist 🌱
Akari	yune.y	Akari		Hina.E	Akari		Akari
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30
Hip & Leg 🌱	Waist 🌱	Release&Strength		Basic 🌱		Back & Arm 🌱	
mei.o	Akari	Hina.E		yune.y		mei.o	
close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close		close	
	Basic 🌱	Hip & Leg 🌱					
	yune.y	Akari					
	17:30 ~ 18:30						
	Beauty Conditioning 🌱						
	Akari						
18:00 ~ 19:00	close	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
Basic 🌱			Hip Punch	Basic 🌱	Style up Pilates	Hip & Leg 🌱	
yune.y			Akari	yune.y	mei.o	Hina.E	
19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
jump to burn			Hip & Leg 🌱	Waist 🌱	Pilates Cardio	Hip Punch	
Akari			Hina.E	Hina.E	Akari	Akari	
21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
Basic 🌱			Back & Arm 🌱	Release&Strength	Body Balance	Pilates Barre	
yune.y			Akari	Hina.E	mei.o	Hina.E	

🌱：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。

pilatesK 柏店		【 10/17 ~ 10/24 】 スケジュール						2026/09/23 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 🌱	Pre Basic 🌱		Basic 🌱	Hip Punch		Beauty Conditioning 🌱	Hip Punch		
Hina.E	Sayoko.k		yune.y	mei.o		Akari	mei.o		
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		
Body Balance	Basic 🌱		Hip & Leg 🌱	Basic 🌱		Style up Pilates	Hip & Leg 🌱		
mei.o	yune.y		Hina.E	yune.y		mei.o	Hina.E		
13:00 ~ 14:00	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		
Basic 🌱	Body Balance		Basic 🌱			Pilates Cardio	Release&Strength		
yune.y	Sayoko.k		yune.y			Akari	mei.o		
14:30 ~ 15:30	16:30 ~ 17:30		close			close	close	15:00 ~ 16:00	
Release&Strength	Basic 🌱							Waist 🌱	
Hina.E	yune.y							Hina.E	
close	close							close	close
17:30 ~ 18:30								17:30 ~ 18:30	
Back & Arm 🌱								Pilates Barre	
mei.o								Hina.E	
close		close		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
				Pilates Barre	Waist 🌱			Basic 🌱	Body Balance
				Hina.E	Hina.E			yune.y	mei.o
			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
			Release&Strength	jump to burn	Pilates Barre	Back & Arm 🌱			
			Hina.E	Akari	Akari	mei.o			
	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				
	Pilates Cardio		Hip & Leg 🌱	Waist 🌱	Basic 🌱				
	Akari		Hina.E	yune.y	yune.y				

pilatesK 柏店		【 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				
jump to burn		Basic 🌱	Hip & Leg 🌱		Waist 🌱	Pilates Barre				
Akari		yune.y	mei.o		yune.y	Hina.E				
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00			
Body Balance		Release&Strength	Waist 🌱		Back & Arm 🌱	Pilates Cardio				
mei.o		Hina.E	yune.y		mei.o	Akari				
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30			
Beauty Conditioning 🌱		Waist 🌱			Basic 🌱	Pre Basic 🌱				
Akari		yune.y			yune.y	Sayoko.k				
16:30 ~ 17:30		close			close	close	close	15:00 ~ 16:00		
Back & Arm 🌱	Beauty Conditioning 🌱			Akari						
mei.o				close						
close				17:30 ~ 18:30						
				Waist 🌱						
				Hina.E						
	18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close
	Pilates Cardio		Release&Strength	Waist 🌱				Back & Arm 🌱		
	Akari		Hina.E	yune.y				Hina.E		
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30						
Hip & Leg 🌱	Basic 🌱	Hip & Leg 🌱	Body Balance							
Hina.E	yune.y	Sayoko.k	mei.o							
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00						
Waist 🌱	Pilates Barre	Pre Basic 🌱	Hip & Leg 🌱							
Akari	Hina.E	Sayoko.k	Hina.E							

🌱 : 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。