

pilatesK 柏店		【 10/01 ~ 10/08 】 スケジュール						2026/10/02 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 🌿	Hip Punch								
yune.y	mei.o								
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00						
jump to burn	Pilates Barre	close	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					
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	close					
18:00 ~ 19:00	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	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						2026/10/02 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	close
				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 🌱		Basic 🌱	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					
Body Balance		Release&Strength	Basic 🌱		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					
Beauty Conditioning 🌱		Waist 🌱			Basic 🌱	Pre Basic 🌱					
Akari		yune.y			yune.y	Sayoko.k					
16:30 ~ 17:30		close			close	close	15:00 ~ 16:00				
Back & Arm 🌱	Beauty Conditioning 🌱										
mei.o	Akari										
close	close			close			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	Basic 🌱	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。