

pilatesK 伏見-ル橋原店		【 10/01 ~ 10/08 】		スケジュール		2026/09/13 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							
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30							
Back & Spine	Basic 🍌	jump to burn	Hip & Leg 🍌		Hip & Leg 🍌	Waist 🍌	Basic 🍌							
ayano.M	Renon.M	Misaki.J	Yuka.h		Yuka.h	Nako.T	Renon.M							
12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30							
Pre Basic 🍌	Beauty Conditioning 🍌	Pre Basic 🍌	Basic 🍌		Pre Basic 🍌	Basic 🍌	Release&Strength							
Nako.T	Nako.T	Nako.T	Renon.M		Misaki.J	Renon.M	Yuka.h							
close	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		close	13:30 ~ 14:30	close	close						
	Pilates Barre	Hip & Leg 🍌	Waist 🍌			Beauty Conditioning 🍌								
	ayano.M	Yuka.h	Yuzuki			Nako.T								
	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30			close								
		Back & Arm 🍌	Release&Strength											
		Renon.M	Yuka.h											
		close	close											
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30							
Waist 🍌	Basic 🍌	Body Balance	Pilates Barre		Back & Arm 🍌	Back & Spine								
Yuzuki	Renon.M	Yuka.h	Yuka.h		Yuzuki	ayano.M								
19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	close	19:00 ~ 20:00		19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00								
Basic 🍌	Back & Arm 🍌		Waist 🍌		Beauty Conditioning 🍌	Waist 🍌								
Misaki.J	Yuzuki		Yuzuki		Nako.T	Yuzuki								
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30		20:30 ~ 21:30		20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30								
Body Balance	Hip & Leg 🍌		Basic 🍌		Pilates Cardio	Pre Basic 🍌								
Yuka.h	Misaki.J		ayano.M		ayano.M	ayano.M								

pilatesK ヨネ-ル橋原店			【 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	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30					
Waist 🏊	Pilates Barre	Basic 🏊		Back & Spine	Pre Basic 🏊	Release&Strength	Pilates Cardio					
Yuzuki	Yuka.h	Renon.M		ayano.M	Nako.T	Yuka.h	ayano.M					
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 13:00					
Hip & Leg 🏊	Basic 🏊	Waist 🏊		Waist 🏊	Pilates Barre	Waist 🏊	Basic 🏊					
Misaki.J	Renon.M	Yuzuki		Yuzuki	ayano.M	Yuzuki	Yuka.h					
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	close	13:30 ~ 14:30					
Basic 🏊	Pilates Cardio	Hip & Leg 🏊		Basic 🏊	close		Back & Arm 🏊					
Renon.M	ayano.M	Misaki.J		Yuka.h			Yuzuki					
close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close			close					
	Waist 🏊	Back & Arm 🏊										
	Nako.T	Renon.M										
	close	close										
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	close		17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30					
Release&Strength	Hip & Leg 🏊			Basic 🏊	jump to burn	Hip & Leg 🏊	Waist 🏊					
Yuka.h	Yuka.h			Renon.M	Misaki.J	Misaki.J	Nako.T					
19:00 ~ 20:00	close			19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00					
Pre Basic 🏊				Back & Arm 🏊	Basic 🏊	Pre Basic 🏊	Body Balance					
Nako.T				Yuzuki	Renon.M	Nako.T	Yuka.h					
20:30 ~ 21:30				20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30					
Back & Spine				Hip & Leg 🏊	Beauty Conditioning 🏊	Back & Arm 🏊	Basic 🏊					
ayano.M				Misaki.J	Misaki.J	Renon.M	Renon.M					

🟢：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。

2026/09/13 更新

pilatesK イオン札幌原店		【 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	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
Pre Basic 🍌		Back & Spine	Pilates Barre	Back & Arm 🍌	Pre Basic 🍌	Waist 🍌		
Nako.T		ayano.M	ayano.M	Yuzuki	ayano.M	Nako.T		
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	
jump to burn		Basic 🍌	Waist 🍌	Pilates Cardio	Waist 🍌	Release&Strength		
Misaki.J		Renon.M	Yuzuki	ayano.M	Yuzuki	Yuka.h		
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close	close	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		
Back & Arm 🍌		Hip & Leg 🍌			Beauty Conditioning 🍌	Basic 🍌		
Yuzuki		Yuka.h			ayano.M	Renon.M		
16:30 ~ 17:30		close			close	close	15:00 ~ 16:00	
Beauty Conditioning 🍌	Back & Arm 🍌							
Nako.T	Nako.T							
close	close	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30		
		Beauty Conditioning 🍌	Pre Basic 🍌	Hip & Leg 🍌	Back & Arm 🍌	Hip & Leg 🍌		
		Nako.T	ayano.M	Yuka.h	Nako.T	Yuka.h		
		19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	close		
		Basic 🍌	Back & Arm 🍌	Basic 🍌	Pilates Barre			
		Renon.M	Nako.T	Renon.M	Yuka.h			
		20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30			
Waist 🍌	jump to burn	Body Balance	Basic 🍌					
Nako.T	Misaki.J	Yuka.h	Renon.M					

- ※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時間前を切った後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1回に制限されます。