

スケジュール

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	10:30 ~ 11:30	close	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	close	
	Pre Basic	Hip&Leg	Reset Flow	Hip&Leg		Basic									
	Meiko.N	Yuino.K	Meiko.N	Yuino.K		Ayami.I									
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00									
	Power up Control	Beauty Conditioning	Back&Arm	Beauty Conditioning		Hip&Leg									
	MIZUKI.t	MIZUKI.t	Ayami.I	ami.k		Yuino.K									
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	13:30 ~ 14:30		close									
	Waist	Basic	Hip&Leg	Basic											
	Meiko.N	Ayami.I	Meiko.N	Ayami.I											
	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	close											
		Waist	Basic												
		Yuino.K	Ayami.I												
		close	close												
		17:30 ~ 18:30													
	Back&Arm														
Ayami.I	close	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30											
Basic		Hip&Leg	Waist	Back&Spine	Body Balance										
Ayami.I		Yuino.K	Meiko.N	MIZUKI.t	ami.k										
19:00 ~ 20:00		19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00										
Body Balance		Basic	Power up Control	Basic	Hip&Leg										
ami.k	Ayami.I	MIZUKI.t	ami.k	MIZUKI.t											
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30								
Back&Arm	Waist	Basic	Reset Flow	Beauty Conditioning											
Ayami.I	Yuino.K	Meiko.N	Meiko.N	ami.k											

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	
Body Balance	Basic	Back&Arm		Power up Control	Back&Spine		Basic	
ami.k	Yuino.K	Ayami.I		MIZUKI.t	MIZUKI.t		Ayami.I	
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	
Shape up waist	Waist	Body Balance		Waist	Basic		Waist	
Meiko.N	Meiko.N	ami.k		Yuino.K	Ayami.I		ami.k	
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	
Basic	Pre Basic	Waist		Pre Basic			Back&Arm	
ami.k	Meiko.N	Yuino.K		MIZUKI.t			Ayami.I	
close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close			close	close
	Hip&Leg	Beauty Conditioning						
	Yuino.K	ami.k						
	close							
17:30 ~ 18:30	close	close		17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30
Pre Basic				Back&Arm	Beauty Conditioning		Hip&Leg	Basic
MIZUKI.t				ami.k	ami.k		MIZUKI.t	Yuino.K
19:00 ~ 20:00			19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00		
Waist	Hip&Leg		Pilates Cardio	Basic	Waist			
Yuino.K	Yuino.K		MIZUKI.t	ami.k	ami.k			
20:30 ~ 21:30	close		20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30		
Power up Control			Basic	Waist	Body Balance	Hip&Leg		
MIZUKI.t				ami.k	ami.k	MIZUKI.t	Yuino.K	

・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週間前まで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、翌月の予約可能枠が1回に制限されます。

pilatesK 泉中央店		【 10/17 ~ 10/24 】		スケジュール		2026/09/13 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	
Shape up waist		Basic				Back&Arm		Reset Flow				Hip&Leg		Power up Control	
Meiko.N		Meiko.N				Ayami.I		Meiko.N				Yuino.K		MIZUKI.t	
12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30				12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00				12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	
Basic		Hip&Leg				Hip&Leg		Back&Spine				Pre Basic		Waist	
Ayami.I		Yuino.K				Yuino.K		MIZUKI.t				MIZUKI.t		ami.k	
13:30 ~ 14:30		14:30 ~ 15:30				13:30 ~ 14:30		close				13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	
Waist		Pilates Cardio				Basic						Waist		Basic	
Meiko.N		MIZUKI.t				Ayami.I						Yuino.K		ami.k	
15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30				close						close		15:00 ~ 16:00	
Back&Arm		Waist		Body Balance											
Ayami.I		Yuino.K		MIZUKI.t											
close		close		close				close							
17:30 ~ 18:30				17:30 ~ 18:30				17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30					
Basic				Body Balance		Waist		Basic		Back&Arm					
Ayami.I				ami.k		ami.k		Yuino.K		ami.k					
close				close		19:00 ~ 20:00		19:00 ~ 20:00		19:00 ~ 20:00		19:00 ~ 20:00		close	
		Basic				Hip&Leg		Reset Flow		Pilates Cardio					
		Yuino.K				Yuino.K		Meiko.N		MIZUKI.t					
		20:30 ~ 21:30				20:30 ~ 21:30		20:30 ~ 21:30		20:30 ~ 21:30					
		Waist				Basic		Hip&Leg		Beauty Conditioning					
		ami.k				Ayami.I		Yuino.K		ami.k					

pilatesK 泉中央店		【 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		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30					
Hip & Leg		Body Balance	Hip & Leg		Reset Flow	Hip & Leg					
Meiko.N		ami.k	Yuino.K		Meiko.N	Meiko.N					
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00					
Pre Basic		Back & Arm	Beauty Conditioning		Waist	Pilates Cardio					
MIZUKI.t		Ayami.I	ami.k		ami.k	MIZUKI.t					
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30					
Reset Flow		Waist			Pre Basic	Beauty Conditioning					
Meiko.N		ami.k			Meiko.N	ami.k					
16:30 ~ 17:30		close			close	close	15:00 ~ 16:00				
Back & Spine							Reset Flow				
MIZUKI.t							Meiko.N				
close							close	close	close	close	
										17:30 ~ 18:30	
	Beauty Conditioning			Basic						Back & Arm	Hip & Leg
	MIZUKI.t			Ayami.I						Ayami.I	Yuino.K
	19:00 ~ 20:00		19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00						19:00 ~ 20:00	
	Basic		Waist	Body Balance						Beauty Conditioning	
	Ayami.I		Yuino.K	ami.k						ami.k	
	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30							
	Power up Control	Back & Arm	Basic	Waist							
	MIZUKI.t	Ayami.I	Ayami.I	Yuino.K							

・休職可能レッスン
 ・クラスの曜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サイトまでご確認ください。
 ・ご予約されたレッスンをキャンセルされる場合は、1週間前迄にお願いたします。
 ・レッスン開始時間前直前まで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。