

pilatesK 網島店		【 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		
close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	close	close		
	Pilates Cardio	Basic 🌱	Beauty Conditioning 🌱		Back & Arm 🌱				
	yun	Mari.N	Ayumi.F		Ami.i				
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00				
	Basic 🌱	Back & Arm 🌱	Basic 🌱		Basic 🌱				
	Ami.i	Ami.i	Mari.N		Mari.N				
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	14:00 ~ 15:00			
	Body Balance	Basic 🌱	Waist 🌱		Jump to burn	Basic 🌱			
	yun	Mari.N	Ayumi.F		Mio.i	Ami.i			
		15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		15:00 ~ 16:00	15:30 ~ 16:30			
	close	Body Balance	Basic 🌱		Basic 🌱	Pilates Barre			
		MOMOKA.K	Mari.N		Ami.i	Mio.i			
		close			close			close	
			17:30 ~ 18:30						
	Back & Arm 🌱	close	Back & Spine						
	Ami.i		Mio.i						
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		close	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			
Jump to burn	Waist 🌱				Basic 🌱	Back & Spine			
Mio.i	TOWA.s				Mari.N	Mio.i			
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
Waist 🌱	Basic 🌱				Beauty Conditioning 🌱	Basic 🌱			
TOWA.s	Mari.N				Mio.i	Mari.N			
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
Pre Basic 🌱	Back & Arm 🌱				Back & Arm 🌱	Pilates Cardio			
Mio.i	TOWA.s	Ami.i	Mio.i						

pilatesK 網島店		【 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
Basic👉	Back & Arm👉	Basic👉		Basic👉	Waist👉		Waist👉
Mari.N	Ami.I	Ami.I		TOWA.s	TOWA.s		Nanase.N
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00
Back & Arm👉	Basic👉	Shape up waist		Back & Arm👉	Beauty Conditioning👉		Pre Basic👉
TOWA.s	Mari.N	Mio.I		Ami.I	Mio.I		Mio.I
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30
Waist👉	Hip & Leg👉	Back & Arm👉		Waist👉	close		Hip & Leg👉
TOWA.s	Yuka.F	Ami.I		TOWA.s			Nanase.N
	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30					
close	Back & Arm👉	Pilates Cardio	close	close		close	
	Ami.I	Mio.I					
	17:30 ~ 18:30						
	Body Balance						
	Yuka.F						
18:00 ~ 19:00	close	close		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
Shape up waist			Hip & Leg👉	Back & Arm👉	Shape up waist	Basic👉	
Mio.I			Mari.N	Ami.I	Mio.I	TOWA.s	
19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
Back & Arm👉			Back & Arm👉	Basic👉	Back & Arm👉	Pilates Cardio	
Ami.I			Ami.I	Ami.I	TOWA.s	Mio.I	
21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
Pre Basic👉			Basic👉	Waist👉	jump to burn	Waist👉	
Mio.I			Mari.N	TOWA.s	Mio.I	TOWA.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時間前を切った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 網島店		【 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		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30				
Hip & Leg 🌱	Pilates Barre		Waist 🌱	Hip & Leg 🌱		jump to burn	Body Balance				
Mari.N	Mio.I		TOWA.s	Mari.N		Mio.I	yun				
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00				
Back & Arm 🌱	Basic 🌱		Basic 🌱	Waist 🌱		Basic 🌱	Basic 🌱				
TOWA.s	Ami.i		Ami.i	TOWA.s		Ami.i	Mari.N				
13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30				
Basic 🌱	Back & Spine		Back & Arm 🌱	close		Beauty Conditioning 🌱	Back & Arm 🌱				
Mari.N	Mio.I		TOWA.s			Mio.I	Ami.i				
15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30						15:00 ~ 16:00				
Waist 🌱	Back & Arm 🌱										
TOWA.s	Ami.i	close	close	close	close		Pilates Cardio				
						yun					
17:30 ~ 18:30							17:30 ~ 18:30				
Beauty Conditioning 🌱							Hip & Leg 🌱				
Ayumi.F							Mari.N				
close	close					18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	
						jump to burn	Back & Spine	Pilates Barre	Hip & Leg 🌱		
						Mio.I	Mio.I	Mio.I	Mari.N		
						19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
						Pre Basic 🌱	Back & Arm 🌱	Basic 🌱	Waist 🌱		
		Mio.I	Ami.i	Mari.N	TOWA.s						
		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00						
Back & Arm 🌱	Pilates Cardio	Shape up waist	Basic 🌱								
Ami.i	Mio.I	Mio.I	Mari.N								

pilatesK 網島店		【 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				
Waist 🌱		Pilates Cardio	Basic 🌱		Back & Arm 🌱	Shape up waist				
TOWA.s		Mio.I	TOWA.s		TOWA.s	Mio.I				
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00				
Back & Arm 🌱		Pre Basic 🌱	Hip & Leg 🌱		Pre Basic 🌱	Back & Arm 🌱				
Aml.i		Mio.I	Mari.N		Mio.I	Aml.i				
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30				
Basic 🌱		Hip & Leg 🌱	close		Waist 🌱	Pilates Barre				
TOWA.s		Mari.N			TOWA.s	Mio.I				
16:30 ~ 17:30						15:00 ~ 16:00				
Back & Arm 🌱		close			close	close	Waist 🌱			
Aml.i							TOWA.s			
								17:30 ~ 18:30		
								Basic 🌱		
									Aml.i	
								18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
			Basic 🌱				Waist 🌱	Beauty Conditioning 🌱	Basic 🌱	
	TOWA.s		TOWA.s	Mio.I			Mari.N			
	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30			
	Hip & Leg 🌱	Basic 🌱	Hip & Leg 🌱	Back & Spine						
	Mari.N	Mari.N	Mari.N	Mio.I						
	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00						
	Waist 🌱	Back & Arm 🌱	jump to burn	Hip & Leg 🌱						
	TOWA.s	TOWA.s	Mio.I	Mari.N						

🌱 : 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。