

pilatesK 札幌駅前店		【 11/01 ~ 11/08 】 スケジュール						2026/10/13 更新							
11/01		11/02		11/03		11/04		11/05		11/06		11/07		11/08	
日		月		火		水		木		金		土		日	
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	
Reset Flow		Basic 🍌		Hip & Leg 🍌		Beauty Conditioning 🍌				Body Balance		jump to burn		Back & Arm 🍌	
lisa.y		HONOKA.F		Sumire.N		Sumire.N				Ami.O		Ami.O		Sumire.N	
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30				12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30	
Pre Basic 🍌		Beauty Conditioning 🍌		Basic 🍌		Pilates Cardio				Back & Arm 🍌		Beauty Conditioning 🍌		Body Balance	
Yurika.O		Sumire.N		HONOKA.F		lisa.y				Sumire.N		Sumire.N		Ami.O	
14:30 ~ 15:30		close		13:30 ~ 14:30		close				13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30		14:30 ~ 15:30	
Pilates Cardio				Waist 🍌						Beauty Conditioning 🍌		Release&Strength		Beauty Conditioning 🍌	
lisa.y				lisa.y						Ami.O		Yurika.O		Sumire.N	
16:30 ~ 17:30				15:00 ~ 16:00						Pilates Cardio		15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30	
Release&Strength				Pilates Cardio						Basic 🍌		Hip & Leg 🍌			
Yurika.O				lisa.y						Ami.O		Ami.O			
close				close						close		close		close	
				17:30 ~ 18:30						17:30 ~ 18:30		Pilates Barre			
				Back & Arm 🍌						Pilates Barre					
				HONOKA.F						Yurika.O					
		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00				close					
		Waist 🍌		Pilates Cardio		Waist 🍌									
		Yurika.O		lisa.y		Yurika.O									
		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30									
		Body Balance		Pilates Barre		Pilates Cardio									
		Ami.O		Yurika.O		lisa.y									
21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00											
Pilates Barre		Back & Arm 🍌		Waist 🍌		Basic 🍌									
Yurika.O		HONOKA.F		lisa.y		Yurika.O									

pilatesK 札幌駅前店		【 11/09 ~ 11/16 】 スケジュール					
11/09	11/10	11/11	11/12	11/13	11/14	11/15	11/16
月	火	水	木	金	土	日	月
close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close
	Back & Arm 🌱	Basic 🌱		Reset Flow	Back & Arm 🌱	Pilates Barre	
	Sumire.N	Yurika.O		lisa.y	HONOKA.F	Yurika.O	
	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	
	Pre Basic 🌱	Hip & Leg 🌱		Basic 🌱	Pilates Cardio	Basic 🌱	
	Yurika.O	Sumire.N		HONOKA.F	lisa.y	HONOKA.F	
	13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	
	Hip & Leg 🌱			Pilates Barre	Beauty Conditioning 🌱	Release&Strength	
	Sumire.N			lisa.y	Sumire.N	Yurika.O	
	close			close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	
					Reset Flow	Back & Arm 🌱	
					lisa.y	Ami.O	
					close	close	
					17:30 ~ 18:30		
					Basic 🌱		
	HONOKA.F			close			
	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
	Reset Flow	jump to burn			Body Balance	Hip & Leg 🌱	
	lisa.y	Ami.O			Ami.O	Ami.O	
	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
Body Balance	Pre Basic 🌱	Basic 🌱	Waist 🌱				
Ami.O	lisa.y	Yurika.O	Yurika.O				
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				
Pilates Cardio	Reset Flow	Release&Strength	Body Balance				
lisa.y	lisa.y	Yurika.O	Ami.O				

 : 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。

pilatesK 札幌駅前店		【 11/17 ~ 11/24 】 スケジュール						2026/10/13 更新
11/17	11/18	11/19	11/20	11/21	11/22	11/23	11/24	
火	水	木	金	土	日	月	火	
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	
Hip & Leg 🍃	Body Balance		Basic 🍃	Pilates Barre	jump to burn		Beauty Conditioning 🍃	
Sumire.N	Ami.O		Yurika.O	Yurika.O	未確定		Sumire.N	
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	
Pilates Cardio	Basic 🍃		Body Balance	Waist 🍃	Back & Arm 🍃		Back & Arm 🍃	
lisa.y	HONOKA.F		Ami.O	lisa.y	Ami.O		HONOKA.F	
13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	
Pre Basic 🍃			Waist 🍃	Pre Basic 🍃	Hip & Leg 🍃		jump to burn	
lisa.y			Yurika.O	Yurika.O	Sumire.N		未確定	
close			close	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	close	close
					Pilates Cardio	Body Balance		
					lisa.y	Ami.O		
					close			
					17:30 ~ 18:30			
Beauty Conditioning 🍃								
Sumire.N								
18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close		18:00 ~ 19:00
Basic 🍃	Beauty Conditioning 🍃	Reset Flow	Back & Arm 🍃	Pilates Cardio				
Yurika.O	Sumire.N	lisa.y	Sumire.N	lisa.y				
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				
Back & Arm 🍃	Pilates Barre	Hip & Leg 🍃	Pilates Cardio	Basic 🍃				
Sumire.N	Yurika.O	Sumire.N	lisa.y	HONOKA.F				
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				
Waist 🍃	Hip & Leg 🍃	Pre Basic 🍃	Hip & Leg 🍃	Reset Flow				
Yurika.O	Sumire.N	lisa.y	Sumire.N	lisa.y				

pilatesK 札幌駅前店		【 11/25 ~ 】 スケジュール			
11/25	11/26	11/27	11/28	11/29	11/30
水	木	金	土	日	月
10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	close
Release&Strength		Pre Basic 🌿	Pilates Cardio		
Yurika.O		lisa.y	lisa.y		
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		
Back & Arm 🌿		Hip & Leg 🌿	Beauty Conditioning 🌿		
Sumire.N		Sumire.N	Sumire.N		
close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		
		Reset Flow	Basic 🌿		
		lisa.y	HONOKA.F		
		close	15:00 ~ 16:00		
			jump to burn		
			Sumire.N		
			close		
			17:30 ~ 18:30		
		Back & Arm 🌿			
		HONOKA.F			
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close		
Basic 🌿	Pre Basic 🌿	Basic 🌿			
HONOKA.F	Yurika.O	Ami.O			
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
Body Balance	Pilates Cardio	Release&Strength			
Ami.O	Ami.O	Yurika.O			
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
Pilates Barre	Waist 🌿	Body Balance			
lisa.y	Yurika.O	Ami.O			

🍃 : 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。