

pilatesK 松原中央

【 11/01 ~ 11/08 】 スケジュール

2026/10/10 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	close
Back & Arm 🌿	Hip Punch	Basic 🌿	Back & Arm 🌿		Shape up waist	Hip Punch	
Rinon.H	Karin.N	yui.M	Rinon.H		Karin.N	Karin.N	
12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	
Release&Strength	Basic 🌿	Reset Flow	Hip & Leg 🌿		Back & Arm 🌿	Basic 🌿	
Karin.N	Rinon.H	Maho.T	Maho.T		Rinon.H	yui.M	
14:30 ~ 15:30	close	13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	
Basic 🌿		Waist 🌿			Pre Basic 🌿	Back & Arm 🌿	
Rinon.H		未定			Karin.N	Rinon.H	
16:30 ~ 17:30		15:00 ~ 16:00			close	15:00 ~ 16:00	
Hip & Leg 🌿		Back & Arm 🌿				Release&Strength	
Karin.N		Rinon.H				Karin.N	
		close				close	
		17:30 ~ 18:30				17:30 ~ 18:30	
		Body Balance				Waist 🌿	
		Maho.T				未定	
		18:00 ~ 19:00					
		Waist 🌿					
	yui.M	yui.M	Maho.T	Rinon.H			
	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
	Reset Flow		Waist 🌿	Basic 🌿	Body Balance		
	Maho.T		yui.M	yui.M	Maho.T		
	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		
	Basic 🌿		Body Balance	Pilates Cardio	Hip & Leg 🌿		
	yui.M		Maho.T	Maho.T	Maho.T		

pilatesK 松原中央

【 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
	Body Balance	Basic 🌿		Beauty Conditioning 🌿	Waist 🌿	Back & Arm 🌿	
	Maho.T	Rinon.H		yui.M	yui.M	Rinon.H	
	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	
	Basic 🌿	Pilates Cardio		Hip Punch	Pilates Cardio	Waist 🌿	
	yui.M	Maho.T		Karin.N	Maho.T	yui.M	
	13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	
	Hip & Leg 🌿			Waist 🌿	Pre Basic 🌿	Beauty Conditioning 🌿	
	Maho.T			yui.M	yui.M	yui.M	
	close			close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	
					Body Balance	Basic 🌿	
					Maho.T	Rinon.H	
					close		
	17:30 ~ 18:30						
	Basic 🌿						
	yui.M						
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00				
Hip Punch	Beauty Conditioning 🌿	Pilates Cardio	Basic 🌿				
Karin.N	yui.M	Maho.T	Rinon.H				
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				
Pre Basic 🌿	Back & Arm 🌿	Hip & Leg 🌿	Shape up waist				
yui.M	Rinon.H	Maho.T	Karin.N				
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				
Release&Strength	Waist 🌿	Basic 🌿	Back & Arm 🌿				
Karin.N	yui.M	Rinon.H	Rinon.H				

🌿：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 松原中央

【 11/17 ~ 11/24 】 スケジュール

2026/10/10 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			
Waist 🌿	Reset Flow		Hip & Leg 🌿	Shape up waist	Pre Basic 🌿		Basic 🌿			
Rinon.H	Maho.T		Maho.T	Karin.N	yui.M		yui.M			
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00			
Beauty Conditioning 🌿	Waist 🌿		Basic 🌿	Back & Arm 🌿	Hip Punch		Hip & Leg 🌿			
yui.M	Rinon.H		Rinon.H	Rinon.H	Karin.N		Maho.T			
13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30			
Pre Basic 🌿			Pilates Cardio	Hip & Leg 🌿	Waist 🌿		Reset Flow			
yui.M			Maho.T	Maho.T	yui.M		Maho.T			
close			close	close	15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30	close		
					Basic 🌿		Back&Arm 🌿			
					Rinon.H		Karin.N			
					close					
					17:30 ~ 18:30					
					Reset Flow					
Maho.T										
18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00					18:00 ~ 19:00
Hip & Leg 🌿			Basic 🌿	Reset Flow	Hip Punch					Shape up waist
Karin.N			yui.M	Maho.T	Karin.N					Karin.N
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30			
Basic 🌿	Pilates Cardio	Release&Strength	Waist 🌿				Beauty Conditioning 🌿			
Rinon.H	Maho.T	Karin.N	yui.M				yui.M			
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00			
Shape up waist	Beauty Conditioning 🌿	Hip & Leg 🌿	Pre Basic 🌿				Hip & Leg 🌿			
Karin.N	yui.M	Maho.T	yui.M				Karin.N			

pilatesK 松原中央

【 11/25 ~ 11/30 】 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	10:30 ~ 11:30	close
Hip Punch		Release&Strength	Basic 🌿	Hip & Leg 🌿	
Karin.N		Karin.N	Rinon.H	Karin.N	
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	
Pre Basic 🌿		Body Balance	Beauty Conditioning 🌿	Basic 🌿	
yui.M		Maho.T	yui.M	Maho.T	
close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	
		Back & Arm 🌿	Shape up waist	Release&Strength	
		Karin.N	Karin.N	Karin.N	
		close	15:30 ~ 16:30	16:30 ~ 17:30	
			Back & Arm 🌿	Pilates Cardio	
			Rinon.H	Maho.T	
			close		
			17:30 ~ 18:30		
		Hip & Leg 🌿			
		Karin.N			
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			
Body Balance	Back & Arm 🌿	Pre Basic 🌿			
Maho.T	Rinon.H	yui.M			
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
Back & Arm 🌿	Basic 🌿	Waist 🌿			
Rinon.H	Rinon.H	Rinon.H			
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
Basic 🌿	Pilates Cardio	Beauty Conditioning 🌿			
Rinon.H	Maho.T	yui.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。