

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					
1030 ~ 1130			1030 ~ 1130			1030 ~ 1130			1030 ~ 1130			close			1030 ~ 1130			1030 ~ 1130			1030 ~ 1130					
Power up Control MIZUKI. t			Hip & Leg 🌱 MIZUKI. t			Release&Strength Yuino.K			Basic 🌱 Yuino.K						Hip Punch Meiko.N			Pilates Cardio MIZUKI. t			Waist 🌱 Yuino.K					
1230 ~ 1330			1200 ~ 1300			1200 ~ 1300			1200 ~ 1300						1200 ~ 1300			1200 ~ 1300			1230 ~ 1330					
Basic 🌱 Meiko.N			jump to burn ami.K			Pre Basic 🌱 MIZUKI. t			Reset Flow Meiko.N						Basic 🌱 Yuino.K			Back & Arm 🌱 ami.K			Release&Strength MIZUKI. t					
1430 ~ 1530			close			1330 ~ 1430			close						1330 ~ 1430			1330 ~ 1430			1430 ~ 1530					
Beauty Conditioning 🌱 MIZUKI. t						Waist 🌱 Yuino.K									Waist 🌱 Meiko.N			Beauty Conditioning 🌱 MIZUKI. t			Basic 🌱 Yuino.K					
1630 ~ 1730						1500 ~ 1600									1400 ~ 1430			1500 ~ 1600			1630 ~ 1730					
Hip Punch Meiko.N						Pilates Cardio									お試し見学会			Basic 🌱 Meiko.N			Hip & Leg 🌱 MIZUKI. t					
close						MIZUKI. t									Yuino.K			close			1730 ~ 1830			close		
						close									close											
						1730 ~ 1830						1730 ~ 1830			1730 ~ 1830						1730 ~ 1830					
						Waist 🌱 Yuino.K						jump to burn ami.K			Pre Basic 🌱 Meiko.N						Back & Arm 🌱 ami.K					
						1900 ~ 2000						1900 ~ 2000			1900 ~ 2000						1900 ~ 2000					
						Beauty Conditioning 🌱 ami.K						Hip & Leg 🌱 Meiko.N			Waist 🌱 ami.K						Release&Strength Yuino.K					
			2030 ~ 2130			2030 ~ 2130			2030 ~ 2130			2030 ~ 2130														
			Basic 🌱 Yuino.K			Back & Arm 🌱 ami.K			Reset Flow Meiko.N			jump to burn ami.K														
			close			close			close			close			close											

11/16

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	1030 ~ 1130	1030 ~ 1130	close	1030 ~ 1130	1030 ~ 1130	1030 ~ 1130	close	
	Basic 🍌	Beauty Conditioning 🍌		Hip & Leg 🍌	Reset Flow	Basic 🍌		
	Ayami.I	ami.K		Yuino.K	Meiko.N	Ayami.I		
	1200 ~ 1300	1200 ~ 1300		1200 ~ 1300	1200 ~ 1300	1230 ~ 1330		
	Hip Punch	Basic 🍌		Back & Arm 🍌	Hip & Leg 🍌	Waist 🍌		
	Meiko.N	Ayami.I		Ayami.I	MIZUKI. t	Yuino.K		
	1330 ~ 1430	close		1330 ~ 1430	1330 ~ 1430	1430 ~ 1530		
	Back & Arm 🍌			Release&Strength	Pre Basic 🍌	Power up Control		
	Ayami.I			Yuino.K	MIZUKI. t	MIZUKI. t		
	close	close		1400 ~ 1430	close	1500 ~ 1600		1630 ~ 1730
				お試し見学会		Waist 🍌		Back & Arm 🍌
				MIZUKI. t		Yuino.K		Ayami.I
				close		1630 ~ 1700		close
						お試し見学会		
						ami.K		
						1730 ~ 1830		
	1730 ~ 1830	1730 ~ 1830		1730 ~ 1830	1730 ~ 1830	close		
	Beauty Conditioning 🍌	Hip & Leg 🍌		Back & Arm 🍌	Hip Punch			
	MIZUKI. t	Yuino.K		ami.K	Meiko.N			
	1900 ~ 2000	1900 ~ 2000		1900 ~ 2000	1900 ~ 2000			
Waist 🍌	Reset Flow	Basic 🍌	Beauty Conditioning 🍌					
Yuino.K	Meiko.N	Ayami.I	Ayami.I					
2030 ~ 2130	2030 ~ 2130	2030 ~ 2130	2030 ~ 2130					
Pre Basic 🍌	Release&Strength	Waist 🍌	Basic 🍌					
MIZUKI. t	Yuino.K	ami.K	Meiko.N					

※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 泉中央店		【 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		
1030 ~ 1130	1030 ~ 1130	close	1030 ~ 1130	1030 ~ 1130	1030 ~ 1130	close	1030 ~ 1130		
Waist 🌱	Pre Basic 🌱		Pilates Cardio	Waist 🌱	Beauty Conditioning 🌱		Back & Arm 🌱		
ami.K	Meiko.N		MIZUKI. t	ami.K	ami.K		Ayami.I		
1200 ~ 1300	1200 ~ 1300		1200 ~ 1300	1200 ~ 1300	1230 ~ 1330		1200 ~ 1300		
Reset Flow	Back & Arm 🌱		Basic 🌱	Back & Arm 🌱	Hip Punch		Hip & Leg 🌱		
Meiko.N	Ayami.I		Ayami.I	Ayami.I	Meiko.N		Meiko.N		
1330 ~ 1430	close		1330 ~ 1430	1330 ~ 1430	1430 ~ 1530		1330 ~ 1430		
Beauty Conditioning 🌱			Hip & Leg 🌱	Reset Flow	Waist 🌱		Basic 🌱		
ami.K			MIZUKI. t	Meiko.N	ami.K		Ayami.I		
close	1400 ~ 1430		close	close	1500 ~ 1600		1630 ~ 1730	close	close
	お試し見学会				jump to burn		Pre Basic 🌱		
	Meiko.N				ami.K		Meiko.N		
	close				1630 ~ 1700		close		
					お試し見学会				
					ami.K				
					1730 ~ 1830				
1730 ~ 1830	1730 ~ 1830		1730 ~ 1830	1730 ~ 1830	close		close	1730 ~ 1830	
Basic 🌱	Waist 🌱		Reset Flow	Pre Basic 🌱				Release&Strength	
Ayami.I	Yuino.K	Meiko.N	Meiko.N	MIZUKI. t					
1900 ~ 2000	1900 ~ 2000	1900 ~ 2000	1900 ~ 2000	1900 ~ 2000					
Release&Strength	jump to burn	Waist 🌱	Back & Arm 🌱	Basic 🌱					
Yuino.K	MIZUKI. t	ami.K	Ayami.I	ami.K					
2030 ~ 2130	2030 ~ 2130	2030 ~ 2130	2030 ~ 2130	2030 ~ 2130					
Back & Arm 🌱	Hip & Leg 🌱	Beauty Conditioning 🌱	Hip Punch	close	close	close	2030 ~ 2130		
Ayami.I	Yuino.K	ami.K	Meiko.N				Power up Control		
							MIZUKI. t		

pilatesK 泉中央店		【 11/25 ~ 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
1030 ~ 1130	close	1030 ~ 1130	1030 ~ 1130	close	close
Hip Punch		Basic 🌱	Release&Strength		
Meiko.N		Ayami.I	Yuino.K		
1200 ~ 1300		1200 ~ 1300	1200 ~ 1300		
Basic 🌱		Waist 🌱	Power up Control		
Yuino.K		ami.K	MIZUKI. t		
close		1330 ~ 1430	1330 ~ 1430		
		Back & Arm 🌱	Basic 🌱		
		Ayami.I	Yuino.K		
1400 ~ 1430		close	1500 ~ 1600		
お試し見学会			Hip & Leg 🌱		
Yuino.K			MIZUKI. t		
close			1630 ~ 1700		
			お試し見学会		
			MIZUKI. t		
			1730 ~ 1830		
			jump to burn		
			ami.K		
1730 ~ 1830	1730 ~ 1830	1730 ~ 1830	close		
Beauty Conditioning 🌱	Basic 🌱	Pilates Cardio			
ami.K	Ayami.I	MIZUKI. t			
1900 ~ 2000	1900 ~ 2000	1900 ~ 2000			
Pilates Cardio	Reset Flow	Hip Punch			
MIZUKI. t	Meiko.N	Meiko.N			
2030 ~ 2130	2030 ~ 2130	2030 ~ 2130			
Basic 🌱	Waist 🌱	Pre Basic 🌱			
Ayami.I	Yuino.K	MIZUKI. t			

🌱 : 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。