

pilatesK 網島店		【 11/01 ~ 11/08 】 スケジュール						2026/10/14 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	
Basic 🇯🇵		Waist 🇯🇵		Beauty Conditioning 🇯🇵		Basic 🇯🇵				Basic 🇯🇵		Waist 🇯🇵		Back & Arm 🇯🇵	
Ami.I		TOWA.s		Mio.I		Ami.I				TOWA.s		TOWA.s		Ami.I	
12:30 ~ 13:30		12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30				12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30	
Hip & Leg 🇯🇵		Back & Arm 🇯🇵		Basic 🇯🇵		Waist 🇯🇵				Hip & Leg 🇯🇵		Basic 🇯🇵		jump to burn	
Mari.N		Ami.I		Sae.M		TOWA.s				Mari.N		Mari.N		Mio.I	
14:30 ~ 15:30		close		13:30 ~ 14:30		close				13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30		14:30 ~ 15:30	
Back & Arm 🇯🇵				jump to burn						Waist 🇯🇵		Back & Arm 🇯🇵		Basic 🇯🇵	
Ami.I				Mio.I						TOWA.s		TOWA.s		Ami.I	
16:30 ~ 17:30				15:00 ~ 16:00						close		15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30	
Basic 🇯🇵				Back & Arm 🇯🇵				Hip & Leg 🇯🇵				Pilates Barre			
Mari.N				Sae.M				Mari.N				Mio.I			
close				17:30 ~ 18:30				17:30 ~ 18:30				Basic 🇯🇵			
				Pre Basic 🇯🇵				TOWA.s		close					
				Mio.I				18:00 ~ 19:00							
				18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00			
		Pilates Cardio		Hip & Leg 🇯🇵		Basic 🇯🇵		Pre Basic 🇯🇵							
		Mio.I		Mari.N		Ami.I		yun							
		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30							
		Basic 🇯🇵		Back & Arm 🇯🇵		Beauty Conditioning 🇯🇵		Back & Arm 🇯🇵							
		Ami.I		Ami.I		Mio.I		Ami.I							
		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00			
Back & Spine		close		Basic 🇯🇵		Shape up waist		Body Balance							
Mio.I				Mari.N		Mio.I		yun							

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

 : 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 網島店		【 11/17 ~ 11/24 】				スケジュール		2026/10/14	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	
Pilates Barre		Basic 🇯🇵				Back & Arm 🇯🇵		Hip & Leg 🇯🇵		Pre Basic 🇯🇵				jump to burn	
Mio.I		Ami.I				Ami.I		Mari.N		Mio.I				Mio.I	
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 🇯🇵				Hip & Leg 🇯🇵		Pre Basic 🇯🇵		Hip & Leg 🇯🇵				Basic 🇯🇵	
Mio.I		TOWA.s				Mari.N		MOMOKA.K		Mari.N				TOWA.s	
13:30 ~ 14:30						13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30		14:30 ~ 15:30				13:30 ~ 14:30	
Basic 🇯🇵		close				Basic 🇯🇵		jump to burn		Basic 🇯🇵				Back & Spine	
Sakura.t						Ami.I		MOMOKA.K		Mari.N				Mio.I	
								15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30					
close				close		Hip & Leg 🇯🇵		Pilates Cardio		close					
						Mari.N		Mio.I							
						17:30 ~ 18:30									
						Body Balance									
						MOMOKA.K						18:00 ~ 19:00			
18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		close		close		18:00 ~ 19:00	
Body Balance		Shape up waist		jump to burn		Waist 🇯🇵		Basic 🇯🇵							
yun		Mio.I		Mio.I		TOWA.s		Ami.I							
19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30							
Basic 🇯🇵		Beauty Conditioning 🇯🇵		Hip & Leg 🇯🇵		Basic 🇯🇵		Waist 🇯🇵							
TOWA.s		Mio.I		Mari.N		TOWA.s		TOWA.s							
21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00							
Pilates Cardio		Back & Arm 🇯🇵		Back & Spine		Hip & Leg 🇯🇵		Back & Arm 🇯🇵							
yun		TOWA.s		Mio.I		Mari.N				Ami.I					

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

📌 : 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。