

pilates K 心斎橋店		【 07/01 ~ 07/08 】		スケジュール		2025/07/13 更新	
07/01	07/02	07/03	07/04	07/05	07/06	07/07	07/08
火	水	木	金	土	日	月	火
10:30 ~ 11:30 Waist Azusa	10:30 ~ 11:30 Basic Marina.K		10:30 ~ 11:30 Back&Arm chihiro.m	10:30 ~ 11:30 Body Balance Kaco.F	10:30 ~ 11:30 Basic Marina.K	close	10:30 ~ 11:30 Basic Marina.K
12:00 ~ 13:00 Basic chihiro.m	12:30 ~ 13:30 Pilates Barre Azusa		12:00 ~ 13:00 Hip&Leg Kaco.F	12:00 ~ 13:00 Basic chihiro.m	12:30 ~ 13:30 Waist Azusa		12:00 ~ 13:00 Pilates Barre Azusa
13:30 ~ 14:30 Back&Spine Azusa			13:30 ~ 14:30 Basic chihiro.m	13:30 ~ 14:30 Hip&Leg Kaco.F	14:30 ~ 15:30 Back&Spine Azusa		13:30 ~ 14:30 Hip&Leg Azusa
				15:00 ~ 16:00 Back&Arm chihiro.m	16:30 ~ 17:30 Basic Marina.K		
				17:30 ~ 18:30 Basic2 Marina.K			
18:00 ~ 19:00 Back&Arm chihiro.m	18:00 ~ 19:00 Body Balance Kaco.F	18:00 ~ 19:00 Basic Marina.K	18:00 ~ 19:00 Stretch&Conditioning Kaco.F				18:00 ~ 19:00 Basic chihiro.m
19:30 ~ 20:30 Stretch&Conditioning Kaco.F	19:30 ~ 20:30 Hip&Leg Kaco.F	19:30 ~ 20:30 Pilates Cardio Karin	19:30 ~ 20:30 Pilates Workout Kaco.F				19:30 ~ 20:30 Waist Azusa
21:00 ~ 22:00 Hip&Leg Kaco.F	21:00 ~ 22:00 Basic Marina.K	21:00 ~ 22:00 jump to burn Karin	21:00 ~ 22:00 Basic Marina.K				21:00 ~ 22:00 Back&Arm chihiro.m

pilates K 心斎橋店		【 07/09 ~ 07/16 】		スケジュール		2025/07/13 更新	
07/09	07/10	07/11	07/12	07/13	07/14	07/15	07/16
水	木	金	土	日	月	火	水
10:30 ~ 11:30 Back&Arm chihiro.m		10:30 ~ 11:30 Pilates Workout Kaco.F	10:30 ~ 11:30 Hip&Leg Kaco.F	10:30 ~ 11:30 Pilates Workout Azusa	close	10:30 ~ 11:30 Back&Arm chihiro.m	10:30 ~ 11:30 Basic Kaco.F
12:30 ~ 13:30 Basic Marina.K		12:00 ~ 13:00 Basic Marina.K	12:00 ~ 13:00 Back&Arm chihiro.m	12:30 ~ 13:30 Basic chihiro.m		12:00 ~ 13:00 Body Balance Kaco.F	12:30 ~ 13:30 Pilates Workout Azusa
		13:30 ~ 14:30 Body Balance Kaco.F	13:30 ~ 14:30 Pilates Workout Azusa	14:30 ~ 15:30 Back&Spine Azusa		13:30 ~ 14:30 Basic Kaco.F	
			15:00 ~ 16:00 Basic Kaco.F	16:30 ~ 17:30 Back&Arm chihiro.m			
			17:30 ~ 18:30 Pilates Barre Azusa				
18:00 ~ 19:00 Pilates Workout Azusa	18:00 ~ 19:00 jump to burn Suzu.K	18:00 ~ 19:00 Basic chihiro.m				18:00 ~ 19:00 Pilates Barre Azusa	18:00 ~ 19:00 Basic Marina.K
19:30 ~ 20:30 Back&Arm chihiro.m	19:30 ~ 20:30 Basic Marina.K	19:30 ~ 20:30 Back&Arm chihiro.m				19:30 ~ 20:30 Basic Marina.K	19:30 ~ 20:30 Back&Arm chihiro.m
21:00 ~ 22:00 Hip&Leg Azusa	21:00 ~ 22:00 Shape up waist Suzu.K	21:00 ~ 22:00 Release&Strength Karin				21:00 ~ 22:00 Back&Spine Azusa	21:00 ~ 22:00 Basic Marina.K

・体験可能レッスン
 ・クラスの個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時間前までにお願しております。
 ・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。

pilates K 心斎橋店

【 07/17 ~ 07/24 】 スケジュール

2025/07/13 更新

07/17	07/18	07/19	07/20	07/21	07/22	07/23	07/24
木	金	土	日	月	火	水	木
	10:30 ~ 11:30 Waist Azusa	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre Azusa	10:30 ~ 11:30 Basic Marina.K	close	10:30 ~ 11:30 Shape up waist RIO	10:30 ~ 11:30 Basic Marina.K	
	12:00 ~ 13:00 Back & Arm chihiro.m	12:00 ~ 13:00 Basic Marina.K	12:30 ~ 13:30 Pilates Barre Azusa		12:00 ~ 13:00 Basic Marina.K	12:30 ~ 13:30 Stretch & Conditioning Kaco.F	
	13:30 ~ 14:30 Basic chihiro.m	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Azusa	14:30 ~ 15:30 Basic Marina.K		13:30 ~ 14:30 Pilates Cardio RIO		
		15:00 ~ 16:00 Waist Azusa	16:30 ~ 17:30 Back & Spine Azusa				
		17:30 ~ 18:30 Basic Marina.K					
18:00 ~ 19:00 Back & Arm chihiro.m	18:00 ~ 19:00 Basic Marina.K				18:00 ~ 19:00 Waist chihiro.m	18:00 ~ 19:00 Back & Arm chihiro.m	18:00 ~ 19:00 Basic Shiho.Y
19:30 ~ 20:30 Basic Marina.K	19:30 ~ 20:30 Pilates Workout Azusa				19:30 ~ 20:30 Back & Spine Azusa	19:30 ~ 20:30 Body Balance Asuka.H	19:30 ~ 20:30 Waist chihiro.m
21:00 ~ 22:00 Back & Arm chihiro.m	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Azusa				21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Azusa	21:00 ~ 22:00 Release & Strength Asuka.H	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Shiho.Y

pilates K 心斎橋店

【 07/25 ~ 07/31 】 スケジュール

2025/07/13 更新

07/25	07/26	07/27	07/28	07/29	07/30	07/31
金	土	日	月	火	水	木
10:30 ~ 11:30 Waist chihiro.m	10:30 ~ 11:30 Back & Arm chihiro.m	10:30 ~ 11:30 Waist chihiro.m	close	10:30 ~ 11:30 Basic Marina.K	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Kaco.F	
12:00 ~ 13:00 Basic Marina.K	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Kaco.F	12:30 ~ 13:30 Stretch & Conditioning Kaco.F		12:00 ~ 13:00 Body Balance Kaco.F	12:30 ~ 13:30 Back & Spine Azusa	
13:30 ~ 14:30 Back & Arm chihiro.m	13:30 ~ 14:30 Basic Marina.K	14:30 ~ 15:30 Hip & Leg Kaco.F		13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Kaco.F		
	15:00 ~ 16:00 Body Balance Kaco.F	16:30 ~ 17:30 Basic chihiro.m				
	17:30 ~ 18:30 Waist chihiro.m					
18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Kaco.F				18:00 ~ 19:00 Waist Azusa	18:00 ~ 19:00 Basic Marina.K	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Kaco.F
19:30 ~ 20:30 Basic Marina.K				19:30 ~ 20:30 Basic Marina.K	19:30 ~ 20:30 Back & Arm chihiro.m	19:30 ~ 20:30 Back & Spine Azusa
21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning Kaco.F				21:00 ~ 22:00 Pilates Workout Azusa	21:00 ~ 22:00 Waist chihiro.m	21:00 ~ 22:00 Body Balance Kaco.F

・休職可能レッスン
・クラスの曜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サイトまでご確認ください。
・ご予約されたレッスンをキャンセルされる場合は、1週間前迄にお願しております。
・レッスン開始前日14時前迄にキャンセルは可能となります。
※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。