

pilates K 茨木店		【 10/01 ~ 10/08 】			スケジュール			2025/09/12	更新
10/01	10/02	10/03	10/04	10/05	10/06	10/07	10/08		
水	木	金	土	日	月	火	水		
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		
Waist 🏊		Back & Arm 🏊	Leg Lines	Back & Arm 🏊		Back & Arm 🏊	Hip Punch		
Kaho.O		Yuika.Y	Yuika.Y	Yuika.Y		Yuika.Y	Luca		
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		
Pilates Barre		Basic 🏊	Waist 🏊	Basic 🏊		Basic 🏊	Basic 🏊		
Luca		Kaho.O	Kaho.O	Nanami.M		Nanami.M	Nanami.M		
		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30			
		Release&Strength	Back & Arm 🏊	Waist 🏊		Release&Strength			
		Yuika.Y	Yuika.Y	Yuika.Y		Yuika.Y			
			15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30					
			Basic 🏊	Hip & Leg 🏊					
			Kaho.O	Nanami.M					
			17:30 ~ 18:30						
			Release&Strength						
			Yuika.Y						
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		
Hip & Leg 🏊	Pilates Cardio	Shape up waist				Basic 🏊	Waist 🏊		
Nanami.M	Luca	Luca				Kaho.O	Kaho.O		
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
Hip Punch	Basic 🏊	Waist 🏊				Hip & Leg 🏊	Back & Arm 🏊		
Luca	Nanami.M	Kaho.O				Nanami.M	Yuika.Y		
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		
Basic 🏊	Pilates Barre	jump to burn				Waist 🏊	Basic 🏊		
Nanami.M	Luca	Luca				Kaho.O	Kaho.O		

pilates K 茨木店		【 10/09 ~ 10/16 】			スケジュール			2025/09/12	更新
10/09	10/10	10/11	10/12	10/13	10/14	10/15	10/16		
木	金	土	日	月	火	水	木		
	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30			
	Pilates Workout	Basic 🏊	Pilates Barre		Hip & Leg 🏊	Pilates Cardio			
	Luca	Kaho.O	Luca		Nanami.M	Luca			
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30			
	Leg Lines	Hip & Leg 🏊	Waist 🏊		Pilates Workout	Basic 🏊			
	Yuika.Y	Nanami.M	Kaho.O		Luca	Nanami.M			
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30				
	Pilates Barre	Waist 🏊	Hip Punch		Basic 🏊				
	Luca	Kaho.O	Luca		Nanami.M				
		15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30						
		Basic 🏊	Basic 🏊						
		Nanami.M	Kaho.O						
		17:30 ~ 18:30							
		Waist 🏊							
		Kaho.O							
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		
Waist 🏊	Basic 🏊				Stretch & Conditioning 🏊	Back & Arm 🏊	Basic 🏊		
Kaho.O	Kaho.O				nono.K	Yuna	Kaho.O		
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
Hip & Leg 🏊	Release&Strength				Hip Punch	Hip & Leg 🏊	Leg Lines		
Nanami.M	Yuika.Y				Luca	Nanami.M	Yuika.Y		
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		
Basic 🏊	Waist 🏊				Shape up waist	jump to burn	Waist 🏊		
Kaho.O	Kaho.O				nono.K	Yuna	Kaho.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。

pilates K 茨木店

【 10/17 ~ 10/24 】 スケジュール

2025/09/12 更新

10/17	10/18	10/19	10/20	10/21	10/22	10/23	10/24
金	土	日	月	火	水	木	金
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30
Basic 🌈	Back & Arm 🌈	Hip & Leg 🌈		Pilates Barre	Shape up waist		Stretch & Conditioning 🌈
Nanami.M	Yuika.Y	Nanami.M		Luca	Luca		Yuna
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00
Waist 🌈	Basic 🌈	Shape up waist		Back & Arm 🌈	Hip & Leg 🌈		Basic 🌈
Kaho.O	Nanami.M	Luca		Yuika.Y	Nanami.M		Nanami.M
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30
Hip & Leg 🌈	Release&Strength	Basic 🌈		Hip Punch			Back & Arm 🌈
Nanami.M	Yuika.Y	Nanami.M		Luca			Yuna
	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30					
	Hip & Leg 🌈	jump to burn					
	Nanami.M	Luca					
	17:30 ~ 18:30						
	Leg Lines						
	Yuika.Y						
18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
Back & Arm 🌈				Hip & Leg 🌈	Back & Arm 🌈	Pilates Workout	Waist 🌈
Yuika.Y				Nanami.M	Yuika.Y	Luca	Kaho.O
19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
Basic 🌈				Leg Lines	Basic 🌈	Basic 🌈	Hip & Leg 🌈
Kaho.O				Yuika.Y	Nanami.M	Nanami.M	Nanami.M
21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
Release&Strength				Basic 🌈	Release&Strength	Shape up waist	Basic 🌈
Yuika.Y				Nanami.M	Yuika.Y	Luca	Kaho.O

pilates K 茨木店

【 10/25 ~ 10/31 】 スケジュール

2025/09/12 更新

10/25	10/26	10/27	10/28	10/29	10/30	10/31
土	日	月	火	水	木	金
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30
Pilates Cardio	Basic 🌈		Leg Lines	Pilates Barre		Hip & Leg 🌈
Luca	Kaho.O		Yuna	Luca		Nanami.M
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00
Basic 🌈	Back & Arm 🌈		Shape up waist	Waist 🌈		Shape up waist
Kaho.O	Sayaka.T		Luca	Kaho.O		Luca
13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30
Hip Punch	Waist 🌈		Back & Arm 🌈			Basic 🌈
Luca	Kaho.O		Yuna			Nanami.M
15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30					
Hip & Leg 🌈	Shape up waist					
Nanami.M	Sayaka.T					
17:30 ~ 18:30						
jump to burn						
Kaho.O						
			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
			Basic 🌈	Hip & Leg 🌈	Pilates Cardio	Waist 🌈
			Nanami.M	Nanami.M	Manami.H	Kaho.O
			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
			Hip Punch	jump to burn	Basic 🌈	Pilates Barre
			Luca	Kaho.O	Luca	Luca
			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
			Stretch & Conditioning 🌈	Basic 🌈	Leg Lines	jump to burn
			Nanami.M	Nanami.M	Manami.H	Kaho.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。