

pilates K 八尾店 【 10/01 ~ 10/08 】 スケジュール								2025/09/13	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	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		
Waist 🍌		Pilates Barre	Pilates Cardio	Hip&Leg 🍌	Basic 🍌	Back&Spine	Leg Lines		
haru.T		michi	Haruna.y	haru.T	nana.m	Haruna.y	Haruna.y		
12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		
Back&Spine		Waist 🍌	Stretch&Conditioning 🍌	jump to burn	Hip&Leg 🍌	Basic 🍌	Waist 🍌		
michi		Haruna.y	nana.m	michi	haru.T	nana.m	haru.T		
13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		
Body Balance		Reset Flow	Back&Spine	Waist 🍌	Back&Arm 🍌	Shape up waist	Release&Strength		
haru.T		michi	Haruna.y	haru.T	nana.m	Haruna.y	Haruna.y		
			15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30					
			Basic 🍌	Advance					
			nana.m	michi					
			16:30 ~ 17:30						
			Leg Lines						
			Haruna.y						
			18:00 ~ 19:00						
			Back&Arm 🍌						
			nana.m						
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		
Basic 🍌	Shape up waist	Back&Arm 🍌			Body Balance	Pilates Cardio	Hip Punch		
nana.m	Haruna.y	haru.T			michi	michi	michi		
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
Hip Punch	Hip&Leg 🍌	Release&Strength			Waist 🍌	Back&Arm 🍌	Basic 🍌		
michi	haru.T	Haruna.y			haru.T	nana.m	nana.m		
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		
Back&Arm 🍌	Pilates Cardio	Basic 🍌			jump to burn	Reset Flow	Pilates Barre		
nana.m	Haruna.y	haru.T			michi	michi	michi		

pilates K 八尾店 【 10/09 ~ 10/16 】 スケジュール								2025/09/13	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	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30			
	Back&Arm 🍌	Release&Strength	Basic 🍌	Back&Arm 🍌	Pilates Workout	Basic 🍌			
	nana.m	michi	haru.T	nana.m	michi	インストラクター未確定			
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00			
	Pilates Cardio	Waist 🍌	Body Balance	Waist 🍌	Back&Arm 🍌	Hip&Leg 🍌			
	michi	haru.T	Haruna.y	haru.T	nana.m	haru.T			
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30			
	Basic 🍌	jump to burn	Hip&Leg 🍌	Basic 🍌	Release&Strength	Back&Arm 🍌			
	nana.m	michi	haru.T	nana.m	michi	インストラクター未確定			
		15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30						
		Hip&Leg 🍌	Back&Spine						
		haru.T	Haruna.y						
		16:30 ~ 17:30							
		Reset Flow							
		michi							
		18:00 ~ 19:00							
		Basic 🍌							
		haru.T							
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		
Back&Arm 🍌	Hip&Leg 🍌			Shape up waist	Leg Lines	Reset Flow	Pilates Cardio		
nana.m	haru.T			インストラクター未確定	Haruna.y	michi	Haruna.y		
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
Basic 🍌	Advance			Hip&Leg 🍌	Basic 🍌	Waist 🍌	Stretch&Conditioning 🍌		
nana.m	michi			haru.T	nana.m	haru.T	nana.m		
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		
Hip&Leg 🍌	Waist 🍌			Back&Spine	Shape up waist	jump to burn	Body Balance		
インストラクター未確定	haru.T			インストラクター未確定	Haruna.y	michi	Haruna.y		

🍌：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。

pilates K 八尾店

【 10/17 ~ 10/24 】 スケジュール

2025/09/13 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		10:30 ~ 11:30
jump to burn	Basic 🍌	Leg Lines	Back&Spine	Basic 🍌	Pilates Cardio		Hip Punch
michi	インストラクター未確定	Haruna.y	michi	インストラクター未確定	michi		michi
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00			12:00 ~ 13:00
Basic 🍌	Stretch&Conditioning 🍌	Basic 🍌	Hip&Leg 🍌	Body Balance	Advance		Back&Arm 🍌
Haruna.y	nana.m	インストラクター未確定	Haruna.y	haru.T	Haruna.y		nana.m
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30
Shape up waist	Back&Arm 🍌	Pilates Cardio	Pilates Barre	Hip&Leg 🍌	Basic 🍌		Back&Spine
Haruna.y	nana.m	Haruna.y	michi	インストラクター未確定	michi		michi
	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30					
	Hip Punch	Hip&Leg 🍌					
	インストラクター未確定	インストラクター未確定					
	16:30 ~ 17:30						
	Basic 🍌						
	nana.m						
	18:00 ~ 19:00						
	Back&Spine						
	インストラクター未確定						
18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
Back&Arm 🍌			Basic 🍌	Pilates Barre	Hip&Leg 🍌	Reset Flow	Hip&Leg 🍌
haru.T			haru.T	michi	haru.T	michi	haru.T
19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
Reset Flow			Pilates Cardio	Back&Arm 🍌	Shape up waist	Leg Lines	jump to burn
michi			Haruna.y	haru.T	Haruna.y	Haruna.y	nana.m
21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
Hip&Leg 🍌			Waist 🍌	Hip Punch	Release&Strength	Pilates Workout	Body Balance
haru.T			haru.T	michi	haru.T	michi	haru.T

pilates K 八尾店

【 10/25 ~ 10/31 】 スケジュール

2025/09/13 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		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30
jump to burn	Pilates Workout		Leg Lines	Body Balance		Back&Arm 🍌
nana.m	michi		Haruna.y	haru.T		nana.m
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00
Back&Spine	Waist 🍌		jump to burn	Shape up waist		Release&Strength
Haruna.y	haru.T		nana.m	Haruna.y		haru.T
13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30
Basic 🍌	Pilates Barre		Advance	Hip&Leg 🍌		Basic 🍌
nana.m	michi		Haruna.y	haru.T		nana.m
15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30					
Body Balance	Release&Strength					
Haruna.y	haru.T					
16:30 ~ 17:30						
Back&Arm 🍌						
nana.m						
18:00 ~ 19:00						
Pilates Cardio						
Haruna.y						
			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
			Reset Flow	Back&Spine	Basic 🍌	Advance
			michi	michi	haru.T	Haruna.y
			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
			Stretch&Conditioning 🍌	Basic 🍌	jump to burn	Pilates Cardio
			nana.m	Haruna.y	nana.m	michi
			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
			Back&Spine	Pilates Barre	Waist 🍌	Leg Lines
			michi	michi	haru.T	Haruna.y

🍌 : 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。