

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	10:00 ~ 11:00	10:30 ~ 11:30	10:00 ~ 11:00	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:00 ~ 11:00	10:30 ~ 11:30
Basic Momoka.m	Release&Strength Karin	Waist Hikaru.O	Reset Flow Maho.T	Basic Hikaru.O	Stretch&Conditioning Maho.T	Leg Lines Karin	Body Balance maki.U
12:00 ~ 13:00	11:30 ~ 12:30	12:00 ~ 13:00	11:30 ~ 12:30	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	11:30 ~ 12:30	12:00 ~ 13:00
Back&Arm Ayumu.K	Pilates Workout mao.y	Hip&Leg Hikaru.O	Basic Ren.K	Power up Control Karin	Pilates Cardio maki.U	Back&Arm Yuzuha.T	Reset Flow Maho.T
13:30 ~ 14:30	13:00 ~ 14:00	13:30 ~ 14:30	13:00 ~ 14:00	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:00 ~ 14:00	13:30 ~ 14:30
Waist Momoka.m	Back&Spine Karin	Back&Arm Ayumu.K	jump to burn Maho.T	Waist Hikaru.O	jump to burn Maho.T	Basic Yuzuha.T	Hip Punch maki.U
~	14:30 ~ 15:30	~	14:30 ~ 15:30	15:00 ~ 16:00	~	14:30 ~ 15:30	~
~	Leg Lines mao.y	~	Waist Hikaru.O	Body Balance maki.U	~	Shape up waist mai.M	~
~	~	~	16:00 ~ 17:00	16:30 ~ 17:30	~	~	~
~	~	~	Pilates Barre maki.U	Animal Stretch Karin	~	~	~
~	~	~	17:30 ~ 18:30	18:00 ~ 19:00	~	~	~
~	~	~	Hip&Leg Hikaru.O	Hip Punch maki.U	~	~	~
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	19:00 ~ 20:00	~	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
Stretch&Conditioning Maho.T	jump to burn Maho.T	Advance maki.U	Pilates Cardio maki.U	~	Basic Yuzuha.T	Waist Hikaru.O	Back&Arm Yuzuha.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
Pilates Cardio Karin	Back&Arm Yuzuha.T	Basic Yuzuha.T	~	~	Pilates Workout maki.U	Hip&Leg Hikaru.O	Waist Hikaru.O
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	~	~	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
Shape up waist Karin	Basic Yuzuha.T	Body Balance maki.U	~	~	Back&Arm Yuzuha.T	Pilates Barre mai.M	Hip&Leg Hikaru.O

10/09	10/10	10/11	10/12	10/13	10/14	10/15	10/16
木	金	土	日	月	火	水	木
10:00 ~ 11:00	10:30 ~ 11:30	10:00 ~ 11:00	10:30 ~ 11:30	10:00 ~ 11:00	10:00 ~ 11:00	10:30 ~ 11:30	10:00 ~ 11:00
Basic Maho.T	Shape up waist nanami	Back&Arm Yuzuha.T	Hip&Leg Maho.T	jump to burn Maho.T	Waist Hikaru.O	Basic Hikaru.O	Hip Punch Karin
11:30 ~ 12:30	12:00 ~ 13:00	11:30 ~ 12:30	12:00 ~ 13:00	11:30 ~ 12:30	11:30 ~ 12:30	12:00 ~ 13:00	11:30 ~ 12:30
Pilates Workout maki.U	Release&Strength nanami	jump to burn Maho.T	Basic Yuzuha.T	Back&Arm Yuzuha.T	Back&Spine Karin	Shape up waist Luna	Waist Hikaru.O
13:00 ~ 14:00	13:30 ~ 14:30	13:00 ~ 14:00	13:30 ~ 14:30	13:00 ~ 14:00	13:00 ~ 14:00	13:30 ~ 14:30	13:00 ~ 14:00
Hip&Leg Maho.T	Basic Yuzuha.T	Waist Marina.K	Shape up waist mai.M	Basic Yuzuha.T	Power up Control Karin	Waist Hikaru.O	Animal Stretch Karin
14:30 ~ 15:30	~	14:30 ~ 15:30	15:00 ~ 16:00	14:30 ~ 15:30	14:30 ~ 15:30	~	14:30 ~ 15:30
Pilates Barre maki.U	~	Advance maki.U	Reset Flow Maho.T	Release&Strength Karin	Basic Hikaru.O	~	Hip&Leg Hikaru.O
~	~	16:00 ~ 17:00	16:30 ~ 17:30	16:00 ~ 17:00	~	~	~
~	~	Basic Yuzuha.T	Back&Arm Yuzuha.T	Pilates Cardio Karin	~	~	~
~	~	17:30 ~ 18:30	18:00 ~ 19:00	17:30 ~ 18:30	~	~	~
~	~	Stretch&Conditioning Maho.T	Pilates Barre mai.M	Hip&Leg Maho.T	~	~	~
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	19:00 ~ 20:00	~	19:00 ~ 20:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
Power up Control Karin	Waist Hikaru.O	Pilates Workout maki.U	~	Leg Lines Karin	Pilates Barre maki.U	Pilates Workout maki.U	Back&Spine Maori
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	~	~	~	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
Back&Spine Karin	Leg Lines Karin	~	~	~	Reset Flow Maho.T	Basic maki.U	jump to burn Maho.T
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	~	~	~	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
Waist Hikaru.O	Pilates Cardio Karin	~	~	~	Hip Punch maki.U	Body Balance Sayaka.T	Reset Flow Maori

・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週間前までお問い合わせしております。
 ・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 天王寺店

【 10/17 ~ 10/24 】

スケジュール

2025/09/14 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	10:00 ~ 11:00	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:00 ~ 11:00	10:30 ~ 11:30	10:00 ~ 11:00	10:30 ~ 11:30
Back&Arm Yuzuha.T	Waist Hikaru.O	Pilates Cardio maki.U	Back&Spine Maori	Basic Karin	Power up Control Karin	Back&Arm Ayumu.K	Release&Strength nanami
12:00 ~ 13:00	11:30 ~ 12:30	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	11:30 ~ 12:30	12:00 ~ 13:00	11:30 ~ 12:30	12:00 ~ 13:00
Basic Yuzuha.T	Leg Lines chihiro.m	Hip Punch maki.U	Animal Stretch Luna	Body Balance maki.U	Leg Lines Karin	Pilates Barre Azusa	Shape up waist nanami
13:30 ~ 14:30	13:00 ~ 14:00	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:00 ~ 14:00	13:30 ~ 14:30	13:00 ~ 14:00	13:30 ~ 14:30
Hip&Leg Hikaru.O	Back&Arm Yuzuha.T	Basic Hikaru.O	Advance Maori	Pilates Cardio Karin	Reset Flow Reona	Pilates Workout Azusa	Animal Stretch On
~	14:30 ~ 15:30	15:00 ~ 16:00	~	14:30 ~ 15:30	~	14:30 ~ 15:30	~
~	Hip&Leg Hikaru.O	Back&Spine Karin	~	Shape up waist maki.U	~	Basic Yuzuha.T	~
~	16:00 ~ 17:00	16:30 ~ 17:30	~	~	~	~	~
~	Power up Control Karin	Waist Hikaru.O	~	~	~	~	~
~	17:30 ~ 18:30	18:00 ~ 19:00	~	~	~	~	~
~	Basic Yuzuha.T	Release&Strength Karin	~	~	~	~	~
18:00 ~ 19:00	19:00 ~ 20:00	~	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
Body Balance maki.U	Animal Stretch Karin	~	Basic Hikaru.O	Back&Arm Yuzuha.T	Waist 未定	Hip&Leg Hikaru.O	Hip Punch Karin
19:30 ~ 20:30	~	~	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
Shape up waist maki.U	~	~	Waist Hikaru.O	Power up Control Reona	Hip&Leg Hikaru.O	Basic Yuzuha.T	Back&Spine Karin
21:00 ~ 22:00	~	~	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
Stretch&Conditioning Maho.T	~	~	Back&Arm Yuzuha.T	Pilates Barre Reona	Basic Yuzuha.T	Waist Hikaru.O	jump to burn Maho.T

pilates K 天王寺店

【 10/25 ~ 10/31 】

スケジュール

2025/09/14 更新

10/25	10/26	10/27	10/28	10/29	10/30	10/31
土	日	月	火	水	木	金
10:00 ~ 11:00	10:30 ~ 11:30	~	10:00 ~ 11:00	10:30 ~ 11:30	10:00 ~ 11:00	10:30 ~ 11:30
Advance maki.U	Back&Arm Yuzuha.T	~	Reset Flow Maho.T	Basic Yuzuha.T	Waist 未定	Hip Punch maki.U
11:30 ~ 12:30	12:00 ~ 13:00	~	11:30 ~ 12:30	12:00 ~ 13:00	11:30 ~ 12:30	12:00 ~ 13:00
Release&Strength Karin	Basic Hikaru.O	~	Basic Yuzuha.T	Hip&Leg Hikaru.O	Back&Arm Yuzuha.T	Pilates Cardio maki.U
13:00 ~ 14:00	13:30 ~ 14:30	~	13:00 ~ 14:00	13:30 ~ 14:30	13:00 ~ 14:00	13:30 ~ 14:30
Body Balance maki.U	Back&Spine Karin	~	jump to burn Maho.T	Back&Arm Yuzuha.T	Basic Hikaru.O	Waist Hikaru.O
14:30 ~ 15:30	15:00 ~ 16:00	~	14:30 ~ 15:30	~	14:30 ~ 15:30	~
Power up Control Kaco.F	Waist 未定	~	Back&Arm Yuzuha.T	~	Hip&Leg Hikaru.O	~
16:00 ~ 17:00	16:30 ~ 17:30	~	~	~	~	~
Basic Yuzuha.T	Hip&Leg Hikaru.O	close	~	~	~	~
17:30 ~ 18:30	18:00 ~ 19:00	~	~	~	~	~
Pilates Workout Karin	Shape up waist Karin	~	~	~	~	~
19:00 ~ 20:00	~	~	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
Hip&Leg Hikaru.O	~	~	Advance maki.U	Pilates Barre maki.U	Reset Flow Maho.T	Animal Stretch Karin
~	~	~	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
~	~	~	Hip Punch maki.U	Waist Hikaru.O	jump to burn Maho.T	Leg Lines Karin
~	~	~	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
~	~	~	Back&Spine Maori	Shape up waist maki.U	Back&Arm Ayumu.K	Reset Flow Maho.T

・休職可能レッスン
 ・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週間前までにお願しております。
 ・レッスン開始時刻1週間前まで全てのキャンセルは無料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に1回に制限されます。