

pilates K 八尾店					【 11/01 ~ 11/08 】		スケジュール		2025/10/14	更新					
11/01		11/02		11/03		11/04		11/05		11/06		11/07		11/08	
土		日		月		火		水		close		金		土	
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	
Back&Arm 🍌		Basic 🍌		Stretch&Conditioning 🍌		Hip Punch		Advance				Waist 🍌		Basic 🍌	
nana.m		nana.m		nana.m		RIO		michi				michi		haru.T	
12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00				12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	
Body Balance		Leg Lines		Pilates Cardio		Release&Strength		Back&Arm 🍌				Basic 🍌		Back&Spine	
haru.T		Haruna.y		Haruna.y		Haruna.y		nana.m				haru.T		Haruna.y	
13:30 ~ 14:30		14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30				13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	
jump to burn		Back&Arm 🍌		Basic 🍌		Waist 🍌		Pilates Barre				Back&Spine		Waist 🍌	
nana.m		nana.m		nana.m		RIO		michi				michi		haru.T	
15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30		15:00 ~ 16:00		close		close				close		15:00 ~ 16:00	
Hip&Leg 🍌		Shape up waist		Back&Spine										Pilates Cardio	
haru.T		Haruna.y		Haruna.y										Haruna.y	
16:30 ~ 17:30				16:30 ~ 17:30										16:30 ~ 17:30	
Basic 🍌				jump to burn										Back&Arm 🍌	
nana.m				nana.m										haru.T	
18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00										18:00 ~ 19:00	
Waist 🍌				Hip&Leg 🍌										Leg Lines	
haru.T				Haruna.y								Haruna.y			
						18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00			
						Pilates Cardio		Waist 🍌		Reset Flow		Hip&Leg 🍌			
						michi		haru.T		michi		haru.T			
						19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30			
						Back&Spine		jump to burn		Basic 🍌		Shape up waist			
						Haruna.y		nana.m		nana.m		michi			
						21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00			
						Basic 🍌		Body Balance		Hip&Leg 🍌		Release&Strength			
						michi		haru.T		michi		haru.T			

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

🍌：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

【 11/17 ~ 11/24 】 スケジュール

2025/10/14 更新

11/17	11/18	11/19	11/20	11/21	11/22	11/23	11/24		
月	火	水	木	金	土	日	月		
close	close	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		
		Pilates Barre		Leg Lines	Release&Strength	Basic 🌱	Back&Arm 🌱		
		michi		Haruna.y	haru.T	haru.T	nana.m		
		12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 13:00		
		Leg Lines		Back&Arm 🌱	Waist 🌱	jump to burn	Waist 🌱		
		Haruna.y		nana.m	MIYU.S	nana.m	haru.T		
		13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	13:30 ~ 14:30		
		Hip&Leg 🌱		Pilates Cardio	Hip Punch	Back&Arm 🌱	jump to burn		
		michi		Haruna.y	haru.T	haru.T	nana.m		
		close		close	close	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	15:00 ~ 16:00
							Basic 🌱	Pilates Barre	Hip Punch
							MIYU.S	nana.m	haru.T
							16:30 ~ 17:30		16:30 ~ 17:30
							Back&Arm 🌱		Basic 🌱
							haru.T		nana.m
							18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00
							jump to burn		Body Balance
		MIYU.S			haru.T				
		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00				
		Basic 🌱		Shape up waist	Reset Flow				
		Haruna.y		michi	michi				
		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				
		Pilates Cardio		Stretch&Conditioning 🌱	Basic 🌱				
		Haruna.y		nana.m	haru.T				
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00							
Waist 🌱	Basic 🌱	Hip Punch							
haru.T	michi	michi							

pilates K 八尾店

【 11/25 ~ 11/30 】 スケジュール

2025/10/14 更新

11/25	11/26	11/27	11/28	11/29	11/30	
火	水	木	金	土	日	
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
Reset Flow	Back&Spine		Pilates Barre	Waist 🌱	Pilates Workout	
michi	Maori		yuri.Y	michi	michi	
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	
Back&Arm 🌱	Basic 🌱		Leg Lines	Stretch&Conditioning 🌱	Basic 🌱	
nana.m	haru.T		Haruna.y	nana.m	nana.m	
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	
Pilates Cardio	Advance		Shape up waist	Advance	Hip Punch	
michi	Maori		yuri.Y	michi	haru.T	
close	close		close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	
				jump to burn	Back&Arm 🌱	
				nana.m	nana.m	
				16:30 ~ 17:30		
				Reset Flow		
				michi		
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		
Body Balance	Leg Lines		Back&Spine	Hip Punch		
Haruna.y	Haruna.y		On	haru.T		
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
Basic 🌱	Waist 🌱	Release&Strength	Basic 🌱			
nana.m	haru.T	haru.T	Haruna.y			
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
Advance	Pilates Cardio	Shape up waist	Body Balance			
Haruna.y	Haruna.y	On	haru.T			

🌱 : 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。