

pilatesK 茨木店		【 02/01 ~ 02/08 】 スケジュール						2026/01/08 更新
02/01	02/02	02/03	02/04	02/05	02/06	02/07	02/08	
日	月	火	水	木	金	土	日	
10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
Pilates Cardio		Pilates Barre	Basic		Hip Punch	Waist	Basic	
Luca		Nanami.M	kaho.O		Luca	Himeno.k	Nanami.M	
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	
Basic		Hip Punch	Back&Arm		Basic	Pilates Workout	Back&Arm	
Nanami.M		Luca	Himeno.k		kaho.O	Luca	Himeno.k	
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	
Release&Strength		Basic	Body Balance		Release&Strength	Basic	Pilates Barre	
Luca		Nanami.M	kaho.O		Luca	kaho.O	Nanami.M	
16:30 ~ 17:30		close	close	close	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	
Hip&Leg						Back&Arm	Waist	
Nanami.M						Himeno.k	Himeno.k	
						16:30 ~ 17:30		
						Release&Strength		
						Luca		
						18:00 ~ 19:00		
						Body Balance		
						kaho.O		
		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			
		Back&Arm	Shape up waist	Body Balance	Hip&Leg			
		Himeno.k	Luca	kaho.O	Nanami.M			
		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
		Leg Lines	Pilates Barre	Hip&Leg	jump to burn			
		Luca	Nanami.M	Nanami.M	kaho.O			
		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
		Waist	jump to burn	Basic	Stretch&Conditioning			
		Himeno.k	Luca	kaho.O	Nanami.M			

pilatesK 茨木店		【 02/09 ~ 02/16 】 スケジュール					
02/09	02/10	02/11	02/12	02/13	02/14	02/15	02/16
月	火	水	木	金	土	日	月
close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close
	Basic	Leg Lines		Waist	Basic	Back&Arm	
	kaho.O	Luca		Himeno.k	Nanami.M	Himeno.k	
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	
	Waist	Basic		Stretch&Conditioning	Pilates Cardio	Leg Lines	
	Himeno.k	Nanami.M		Nanami.M	Luca	Luca	
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	
	jump to burn	Waist		Back&Arm	Body Balance	Waist	
	kaho.O	Himeno.k		Himeno.k	kaho.O	Himeno.k	
	close	close	15:00 ~ 16:00	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	
			Pilates Workout		Hip&Leg	Pilates Workout	
			Luca		Nanami.M	Luca	
			16:30 ~ 17:30		16:30 ~ 17:30		
			Hip&Leg		Leg Lines		
			Nanami.M		Luca		
			18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		
			Back&Arm		jump to burn		
			Himeno.k		kaho.O		
	18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			
	Pilates Cardio	Basic	Hip Punch				
	Luca	kaho.O	Luca				
	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
	Hip&Leg	Waist	Body Balance				
	Nanami.M	Himeno.k	kaho.O				
	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
	Shape up waist	jump to burn	Pilates Barre				
	Luca	kaho.O	Luca				

・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時間前までにお願いしております。
・レッスン開始時刻 1時間前を切った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。

pilatesK 茨木店		【 02/17 ~ 02/24 】		スケジュール		2026/01/08 更新	
02/17	02/18	02/19	02/20	02/21	02/22	02/23	02/24
火	水	木	金	土	日	月	火
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30
Hip&Leg	Basic		Stretch&Conditioning	Hip&Leg	Leg Lines		Shape up waist
Nanami.M	kaho.O		Nanami.M	Nanami.M	Luca		Asuka.H
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00
Pilates Cardio	Back&Arm		Shape up waist	jump to burn	Basic		Basic
Luca	Himeno.k		Luca	kaho.O	kaho.O		Nanami.M
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30
Basic	Body Balance		Hip&Leg	Back&Arm	Hip Punch		Release&Strength
Nanami.M	kaho.O		Nanami.M	Himeno.k	Luca		Asuka.H
close	close		close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	close	close
				Pilates Barre	Body Balance		
				Nanami.M	kaho.O		
				16:30 ~ 17:30			
				Basic			
				kaho.O			
				18:00 ~ 19:00			
				Waist			
				Himeno.k			
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00
Waist	Hip Punch	Stretch&Conditioning	Basic				Back&Arm
Himeno.k	Luca	Nanami.M	kaho.O				Himeno.k
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30
Leg Lines	Waist	Pilates Workout	Back&Arm				Pilates Barre
Luca	Himeno.k	Luca	Himeno.k				Nanami.M
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00
Back&Arm	Release&Strength	Basic	Body Balance				Waist
Himeno.k	Luca	Nanami.M	kaho.O				Himeno.k

pilatesK 茨木店		【 02/25 ~ 02/28 】		スケジュール	
02/25	02/26	02/27	02/28		
水	木	金	土		
10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		
Hip&Leg		Basic	Waist		
Nanami.M		Nanami.M	Himeno.k		
12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		
Waist		jump to burn	Hip&Leg		
Himeno.k		kaho.O	Nanami.M		
13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		
Basic		Pilates Barre	Pilates Workout		
Nanami.M		Nanami.M	Luca		
close		close	15:00 ~ 16:00		
			Basic		
			kaho.O		
			16:30 ~ 17:30		
			Back&Arm		
			Himeno.k		
			18:00 ~ 19:00		
			Pilates Barre		
			Nanami.M		
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			
Body Balance	Basic	Release&Strength			
kaho.O	kaho.O	Luca			
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
Back&Arm	Waist	Basic			
Himeno.k	Himeno.k	kaho.O			
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
Basic	jump to burn	Shape up waist			
kaho.O	kaho.O	Luca			

・体験可能レッスン
 ・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週間前迄にお願いたします。
 ・レッスン開始時間1時間前迄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。