

pilates K 茨木店

【 09/01 ~ 09/08 】 スケジュール

2025/08/15

更新

09/01	09/02	09/03	09/04	09/05	09/06	09/07	09/08
月	火	水	木	金	土	日	月
close	10:30 ~ 11:30 Basic 🌱 Lica.I	10:30 ~ 11:30 Waist 🌱 Kaho.O		10:30 ~ 11:30 Hip & Leg 🌱 Nanami.M	10:30 ~ 11:30 Back & Arm 🌱 Yuika.Y	10:30 ~ 11:30 Leg Lines Yuika.Y	close
	12:00 ~ 13:00 Back & Arm 🌱 Yuika.Y	12:30 ~ 13:30 Basic 🌱 Nanami.M		12:00 ~ 13:00 Pilates Cardio Luca	12:00 ~ 13:00 Basic 🌱 Kaho.O	12:30 ~ 13:30 Waist 🌱 Kaho.O	
	13:30 ~ 14:30 Pilates Barre Lica.I			13:30 ~ 14:30 Basic 🌱 Nanami.M	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg 🌱 Nanami.M	14:30 ~ 15:30 Back & Arm 🌱 Yuika.Y	
					15:00 ~ 16:00 Waist 🌱 Kaho.O	16:30 ~ 17:30 Basic 🌱 Kaho.O	
					17:30 ~ 18:30 Release&Strength Yuika.Y		
	18:00 ~ 19:00 Basic 🌱 Nanami.M	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg 🌱 Nanami.M	18:00 ~ 19:00 Basic 🌱 Kaho.O	18:00 ~ 19:00 Release&Strength Yuika.Y			
	19:30 ~ 20:30 Leg Lines Yuika.Y	19:30 ~ 20:30 Hip Punch Luca	19:30 ~ 20:30 Back & Arm 🌱 Yuika.Y	19:30 ~ 20:30 Shape up waist Luca			
	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg 🌱 Nanami.M	21:00 ~ 22:00 jump to burn Luca	21:00 ~ 22:00 Waist 🌱 Kaho.O	21:00 ~ 22:00 Leg Lines Yuika.Y			

pilates K 茨木店

【 09/09 ~ 09/16 】 スケジュール

2025/08/15

更新

09/09	09/10	09/11	09/12	09/13	09/14	09/15	09/16
火	水	木	金	土	日	月	火
10:30 ~ 11:30 Waist 🌱 Kaho.O	10:30 ~ 11:30 Basic 🌱 Kaho.O		10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio Luca	10:30 ~ 11:30 Basic 🌱 Kaho.O	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg 🌱 Nanami.M	close	10:30 ~ 11:30 Hip Punch Luca
12:00 ~ 13:00 Pilates Workout Luca	12:30 ~ 13:30 Back & Arm 🌱 Yuika.Y		12:00 ~ 13:00 Hip & Leg 🌱 Nanami.M	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg 🌱 Nanami.M	12:30 ~ 13:30 Shape up waist Ayu		12:00 ~ 13:00 Waist 🌱 Yuika.Y
13:30 ~ 14:30 Basic 🌱 Kaho.O			13:30 ~ 14:30 Hip Punch Luca	13:30 ~ 14:30 Back & Arm 🌱 Yuika.Y	14:30 ~ 15:30 Basic 🌱 Nanami.M		13:30 ~ 14:30 Pilates Barre Luca
				15:00 ~ 16:00 Basic 🌱 Nanami.M	16:30 ~ 17:30 Stretch & Conditioning 🌱 Ayu		
				17:30 ~ 18:30 Waist 🌱 Kaho.O			
18:00 ~ 19:00 Hip & Leg 🌱 Nanami.M	18:00 ~ 19:00 Shape up waist Luca	18:00 ~ 19:00 Waist 🌱 Yuika.Y	18:00 ~ 19:00 Basic 🌱 Kaho.O				18:00 ~ 19:00 Back & Arm 🌱 Yuika.Y
19:30 ~ 20:30 Hip Punch Luca	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg 🌱 Nanami.M	19:30 ~ 20:30 jump to burn Luca	19:30 ~ 20:30 Leg Lines Yuika.Y				19:30 ~ 20:30 Basic 🌱 Nanami.M
21:00 ~ 22:00 Basic 🌱 Nanami.M	21:00 ~ 22:00 Advance Luca	21:00 ~ 22:00 Release&Strength Yuika.Y	21:00 ~ 22:00 Waist 🌱 Kaho.O				21:00 ~ 22:00 Hip & Leg 🌱 Nanami.M

🌱：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 茨木店

【 09/17 ~ 09/24 】 スケジュール

2025/08/15 更新

09/17	09/18	09/19	09/20	09/21	09/22	09/23	09/24
水	木	金	土	日	月	火	水
10:30 ~ 11:30 Basic 🌱 Nanami.M		10:30 ~ 11:30 Release&Strength Yuika.Y	10:30 ~ 11:30 Back & Arm 🌱 Yuika.Y	10:30 ~ 11:30 Basic 🌱 Kaho.O	close	10:30 ~ 11:30 Waist 🌱 Kaho.O	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg 🌱 Nanami.M
12:30 ~ 13:30 Shape up waist Luca		12:00 ~ 13:00 Basic 🌱 Kaho.O	12:00 ~ 13:00 Basic 🌱 Kaho.O	12:30 ~ 13:30 Back & Arm 🌱 Yuika.Y		12:00 ~ 13:00 Basic 🌱 Nanami.M	12:30 ~ 13:30 Hip Punch Luca
		13:30 ~ 14:30 Leg Lines Yuika.Y	13:30 ~ 14:30 Pilates Barre Luca	14:30 ~ 15:30 Waist 🌱 Kaho.O		13:30 ~ 14:30 Release&Strength Yuika.Y	
			15:00 ~ 16:00 Waist 🌱 Kaho.O	16:30 ~ 17:30 Release&Strength Yuika.Y		15:00 ~ 16:00 Hip & Leg 🌱 Nanami.M	
			17:30 ~ 18:30 Shape up waist Luca			17:30 ~ 18:30 Basic 🌱 Kaho.O	
18:00 ~ 19:00 Advance Luca	18:00 ~ 19:00 Stretch & Conditioning 🌱 Ayu	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg 🌱 Nanami.M					18:00 ~ 19:00 Basic 🌱 Kaho.O
19:30 ~ 20:30 Leg Lines Yuika.Y	19:30 ~ 20:30 Waist 🌱 Kaho.O	19:30 ~ 20:30 Waist 🌱 Kaho.O					19:30 ~ 20:30 Back & Arm 🌱 Yuika.Y
21:00 ~ 22:00 Back & Arm 🌱 Yuika.Y	21:00 ~ 22:00 Pilates Barre Ayu	21:00 ~ 22:00 Basic 🌱 Nanami.M					21:00 ~ 22:00 Waist 🌱 Kaho.O

pilates K 茨木店

【 09/25 ~ 10/01 】 スケジュール

2025/08/15 更新

09/25	09/26	09/27	09/28	09/29	09/30	10/01
木	金	土	日	月	火	水
	10:30 ~ 11:30 jump to burn Luca	10:30 ~ 11:30 Shape up waist Luca	10:30 ~ 11:30 Basic 🌱 Nanami.M	close	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg 🌱 Nanami.M	10:30 ~ 11:30
	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg 🌱 Nanami.M	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg 🌱 Nanami.M	12:30 ~ 13:30 Waist 🌱 Kaho.O		12:00 ~ 13:00 Basic 🌱 Kaho.O	
	13:30 ~ 14:30 Shape up waist Luca	13:30 ~ 14:30 Hip Punch Luca	14:30 ~ 15:30 Hip & Leg 🌱 Nanami.M		13:30 ~ 14:30 Waist 🌱 Kaho.O	
		15:00 ~ 16:00 Basic 🌱 Nanami.M	16:30 ~ 17:30 Basic 🌱 Kaho.O			
		17:30 ~ 18:30 Pilates Workout Luca				
18:00 ~ 19:00 Shape up waist Luca	18:00 ~ 19:00 Leg Lines Yuika.Y				18:00 ~ 19:00 jump to burn Luca	
19:30 ~ 20:30 Release&Strength Yuika.Y	19:30 ~ 20:30 Basic 🌱 Nanami.M				19:30 ~ 20:30 Advance Luca	
21:00 ~ 22:00 Pilates Cardio Luca	21:00 ~ 22:00 Back & Arm 🌱 Yuika.Y				21:00 ~ 22:00 Release&Strength Yuika.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。