

pilates K 心斎橋店		【 06/01 ~ 06/08 】		スケジュール		2025/05/31 更新	
06/01	06/02	06/03	06/04	06/05	06/06	06/07	06/08
日	月	火	水	木	金	土	日
10:30 ~ 11:30 Back & Spine Azusa	close	10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio Karin	10:30 ~ 11:30 Body Balance Kaco.F		10:30 ~ 11:30 Basic chihiro.m	10:30 ~ 11:30 Shape up waist Suzu.K	10:30 ~ 11:30 Back & Arm chihiro.m
12:30 ~ 13:30 Basic Shio.K		12:00 ~ 13:00 Waist Azusa	12:30 ~ 13:30 Back & Arm chihiro.m		12:00 ~ 13:00 Back & Arm chihiro.m	12:00 ~ 13:00 Basic Shio.K	12:30 ~ 13:30 Pilates Workout Azusa
14:30 ~ 15:30 Hip & Leg Azusa		13:30 ~ 14:30 Power up Control Karin			13:30 ~ 14:30 Basic Shio.K	13:30 ~ 14:30 jump to burn Suzu.K	14:30 ~ 15:30 Basic chihiro.m
16:30 ~ 17:30 Basic Shio.K						15:00 ~ 16:00 Basic Shio.K	16:30 ~ 17:30 Waist Azusa
						17:30 ~ 18:30 Hip & Leg Suzu.K	
		18:00 ~ 19:00 Back & Spine Azusa	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Kaco.F	18:00 ~ 19:00 Pilates Barre Azusa	18:00 ~ 19:00 Release&Strength Karin		
		19:30 ~ 20:30 Basic Shio.K	19:30 ~ 20:30 Back & Arm chihiro.m	19:30 ~ 20:30 Basic Shio.K	19:30 ~ 20:30 Shape up waist Karin		
		21:00 ~ 22:00 Pilates Barre Azusa	21:00 ~ 22:00 Basic chihiro.m	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Azusa	21:00 ~ 22:00 Basic Shio.K		

pilates K 心斎橋店		【 06/09 ~ 06/16 】		スケジュール		2025/05/31 更新	
06/09	06/10	06/11	06/12	06/13	06/14	06/15	06/16
月	火	水	木	金	土	日	月
close	10:30 ~ 11:30 Basic Shio.K	10:30 ~ 11:30 Back & Arm chihiro.m		10:30 ~ 11:30 Basic Shio.K	10:30 ~ 11:30 Basic 未確定	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Kaco.F	close
	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Kaco.F	12:30 ~ 13:30 Basic Shio.K		12:00 ~ 13:00 Back & Arm chihiro.m	12:00 ~ 13:00 Pilates Barre Azusa	12:30 ~ 13:30 Basic 未確定	
	13:30 ~ 14:30 Basic Shio.K			13:30 ~ 14:30 Basic chihiro.m	13:30 ~ 14:30 Basic Shio.K	14:30 ~ 15:30 Body Balance Kaco.F	
					15:00 ~ 16:00 Waist Azusa	16:30 ~ 17:30 Basic 未確定	
					17:30 ~ 18:30 Back & Spine Azusa		
	18:00 ~ 19:00 Pilates Cardio Karin	18:00 ~ 19:00 Body Balance Kaco.F	18:00 ~ 19:00 Basic Shio.K	18:00 ~ 19:00 jump to burn Asuka			
	19:30 ~ 20:30 Shape up waist Karin	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Kaco.F	19:30 ~ 20:30 Pilates Workout Kaco.F	19:30 ~ 20:30 Basic Shio.K			
	21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning Kaco.F	21:00 ~ 22:00 Waist Azusa	21:00 ~ 22:00 Back & Arm chihiro.m	21:00 ~ 22:00 Body Balance Asuka			

 : 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 心斎橋店		【 06/17 ~ 06/24 】		スケジュール		2025/05/31	更新
06/17	06/18	06/19	06/20	06/21	06/22	06/23	06/24
火	水	木	金	土	日	月	火
10:30 ~ 11:30 Back & Arm chihiro.m	10:30 ~ 11:30 Basic 未確定		10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Kaco.F	10:30 ~ 11:30 Waist Azusa	10:30 ~ 11:30 jump to burn Suzu.K	close	10:30 ~ 11:30 Basic Shio.K
12:00 ~ 13:00 Basic 未確定	12:30 ~ 13:30 Body Balance Kaco.F		12:00 ~ 13:00 Basic 未確定	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Kaco.F	12:30 ~ 13:30 Basic 未確定		12:00 ~ 13:00 Pilates Barre Azusa
13:30 ~ 14:30 Pilates Workout Azusa			13:30 ~ 14:30 Back & Arm chihiro.m	13:30 ~ 14:30 Basic 未確定	14:30 ~ 15:30 Shape up waist Suzu.K		13:30 ~ 14:30 Back & Spine Azusa
				15:00 ~ 16:00 Back & Arm chihiro.m	16:30 ~ 17:30 Basic 未確定		
				17:30 ~ 18:30 Basic Shio.K			
18:00 ~ 19:00 Basic Shio.K	18:00 ~ 19:00 Shape up waist maki.U	18:00 ~ 19:00 Back & Arm chihiro.m	18:00 ~ 19:00 Basic Shio.K				18:00 ~ 19:00 Basic 未確定
19:30 ~ 20:30 Pilates Barre Azusa	19:30 ~ 20:30 Basic Shio.K	19:30 ~ 20:30 Stretch & Conditioning Kaco.F	19:30 ~ 20:30 Waist Azusa				19:30 ~ 20:30 Body Balance Asuka
21:00 ~ 22:00 Waist Azusa	21:00 ~ 22:00 Pilates Cardio maki.U	21:00 ~ 22:00 Basic Shio.K	21:00 ~ 22:00 Back & Spine Azusa				21:00 ~ 22:00 jump to burn Asuka

pilates K 心斎橋店		【 06/25 ~ 06/30 】		スケジュール		2025/05/31	更新
06/25	06/26	06/27	06/28	06/29	06/30	close	
水	木	金	土	日	月		
10:30 ~ 11:30 Waist Azusa		10:30 ~ 11:30 Pilates Workout Azusa	10:30 ~ 11:30 Basic 未確定	10:30 ~ 11:30 Pilates Workout Kaco.F			
12:30 ~ 13:30 Basic Shio.K		12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Azusa	12:00 ~ 13:00 Waist Azusa	12:30 ~ 13:30 Back & Arm chihiro.m			
		13:30 ~ 14:30 Basic Shio.K	13:30 ~ 14:30 Back & Arm chihiro.m	14:30 ~ 15:30 Stretch & Conditioning Kaco.F			
			15:00 ~ 16:00 Basic Shio.K	16:30 ~ 17:30 Pilates Barre Azusa			
			17:30 ~ 18:30 Pilates Workout Azusa				
18:00 ~ 19:00 Body Balance Kaco.F	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Kaco.F	18:00 ~ 19:00 Power up Control Karin					
19:30 ~ 20:30 Back & Arm chihiro.m	19:30 ~ 20:30 Basic 未確定	19:30 ~ 20:30 Release & Strength Karin					
21:00 ~ 22:00 Basic 未確定	21:00 ~ 22:00 Back & Arm chihiro.m	21:00 ~ 22:00 Basic chihiro.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。