

## スケジュール

**更新**

**close**

## スケジュール

**更新**

**close**

※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。

※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 久屋大通パーク店                        |                                                 | 【                                      | 06/17                                           | ～                                      | 06/24                                | 】     | スケジュール                                       |                                              | 2025/05/14                             | 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<br>Waist<br>Nanako.K        | 10:30 ～ 11:30<br>Stretch&Conditioning<br>Fuka.y |                                        | 10:30 ～ 11:30<br>Hip & Leg<br>Fuka.y            | 10:30 ～ 11:30<br>jump to burn<br>Akane | 10:30 ～ 11:30<br>Basic<br>Madoka.T   | close | 10:30 ～ 11:30<br>Basic<br>Madoka.T           |                                              |                                        |    |  |  |
| 12:00 ～ 13:00<br>Basic<br>Nanako.K        | 12:30 ～ 13:30<br>Basic<br>Fuka.y                |                                        | 12:00 ～ 13:00<br>Stretch&Conditioning<br>Fuka.y | 12:00 ～ 13:00<br>Basic<br>Madoka.T     | 12:30 ～ 13:30<br>Back&Arm<br>Natsume |       | 12:00 ～ 13:00<br>Hip & Leg<br>Natsume        |                                              |                                        |    |  |  |
| 13:30 ～ 14:30<br>jump to burn<br>Akane    |                                                 |                                        | 13:30 ～ 14:30<br>Basic<br>Madoka.T              | 13:30 ～ 14:30<br>Waist<br>Nanako.K     | 14:30 ～ 15:30<br>Basic<br>Madoka.T   |       | 13:30 ～ 14:30<br>Basic<br>Monami.O           |                                              |                                        |    |  |  |
|                                           |                                                 |                                        |                                                 |                                        | 15:00 ～ 16:00<br>Hip & Leg<br>Akane  |       | 16:30 ～ 17:30<br>Release&Strength<br>Natsume |                                              |                                        |    |  |  |
|                                           |                                                 |                                        |                                                 |                                        |                                      |       |                                              |                                              | 17:30 ～ 18:30<br>Basic<br>Madoka.T     |    |  |  |
|                                           |                                                 |                                        |                                                 |                                        |                                      |       |                                              |                                              |                                        |    |  |  |
| 18:00 ～ 19:00<br>Basic<br>Madoka.T        | 18:00 ～ 19:00<br>Waist<br>Nanako.K              | 18:00 ～ 19:00<br>Basic<br>Madoka.T     | 18:00 ～ 19:00<br>Back & Arm<br>Natsume          |                                        |                                      |       |                                              | 18:00 ～ 19:00<br>Release&Strength<br>Natsume |                                        |    |  |  |
| 19:30 ～ 20:30<br>Pilates Workout<br>Akane | 19:30 ～ 20:30<br>Back & Arm<br>Natsume          | 19:30 ～ 20:30<br>Waist<br>Nanako.K     | 19:30 ～ 20:30<br>Basic<br>Madoka.T              |                                        |                                      |       |                                              |                                              | 19:30 ～ 20:30<br>Back & Arm<br>Natsume |    |  |  |
| 21:00 ～ 22:00<br>Hip & Leg<br>Akane       | 21:00 ～ 22:00<br>Basic<br>Nanako.K              | 21:00 ～ 22:00<br>Back & Arm<br>Natsume | 21:00 ～ 22:00<br>Shape up waist<br>Natsume      |                                        |                                      |       |                                              |                                              | 21:00 ～ 22:00<br>Waist<br>Nanako.K     |    |  |  |

| pilates K 久屋大通パーク店                       |                                    | 【 06/25 ~ 06/30 】                            |                                            | スケジュール                                    |       | 2025/05/14 | 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<br>Back & Arm<br>Natsume   |                                    | 10:30 ~ 11:30<br>Waist<br>Nanako.K           | 10:30 ~ 11:30<br>Basic<br>未定               | 10:30 ~ 11:30<br>jump to burn<br>Akane    |       |            |                                        |  |  |
| 12:30 ~ 13:30<br>Waist<br>Nanako.K       |                                    | 12:00 ~ 13:00<br>Basic<br>Nanako.K           | 12:00 ~ 13:00<br>Shape up waist<br>Natsume | 12:30 ~ 13:30<br>Basic<br>未定              |       |            |                                        |  |  |
|                                          |                                    | 13:30 ~ 14:30<br>Pilates Workout<br>Akane    | 13:30 ~ 14:30<br>Basic<br>Madoka.T         | 14:30 ~ 15:30<br>Waist<br>Nanako.K        |       |            |                                        |  |  |
|                                          |                                    |                                              | 15:00 ~ 16:00<br>Back & Arm<br>Natsume     | 16:30 ~ 17:30<br>Pilates Workout<br>Akane |       |            |                                        |  |  |
|                                          |                                    |                                              |                                            |                                           |       |            |                                        |  |  |
| 17:30 ~ 18:30<br>Hip & Leg<br>Natsume    |                                    |                                              |                                            |                                           |       |            |                                        |  |  |
| 18:00 ~ 19:00<br>Hip & Leg<br>Akane      |                                    |                                              |                                            | 18:00 ~ 19:00<br>Basic<br>Nanako.K        |       |            | 18:00 ~ 19:00<br>Back & Arm<br>Natsume |  |  |
| 19:30 ~ 20:30<br>Basic<br>Madoka.T       | 19:30 ~ 20:30<br>Waist<br>Nanako.K | 19:30 ~ 20:30<br>Release&Strength<br>Natsume |                                            |                                           |       |            |                                        |  |  |
| 21:00 ~ 22:00<br>Shape up waist<br>Akane | 21:00 ~ 22:00<br>Back & Arm<br>未定  | 21:00 ~ 22:00<br>Basic<br>未定                 |                                            |                                           |       |            |                                        |  |  |

・ 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。