

pilates K 八尾店		【 06/01 ~ 06/08 】		スケジュール		2025/05/14 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 Hip&Leg Haruna.y	close	10:30 ~ 11:30 Release&Strength Haruna.y	10:30 ~ 11:30 Advance michi		10:30 ~ 11:30 Back&Arm Haruna.y	10:30 ~ 11:30 Shape up waist Haruna.y	10:30 ~ 11:30 Basic Alisa.K
12:00 ~ 13:00 Basic nana.m		12:00 ~ 13:00 Back&Arm Haruna.y	12:00 ~ 13:00 Hip&Leg Alisa.K		12:00 ~ 13:00 Basic nana.m	12:00 ~ 13:00 Basic nana.m	12:00 ~ 13:00 Pilates Cardio Haruna.y
13:30 ~ 14:30 Shape up waist Haruna.y		13:30 ~ 14:30 Basic nana.m	13:30 ~ 14:30 Stretch&Conditioning michi		13:30 ~ 14:30 Hip&Leg Haruna.y	13:30 ~ 14:30 Release&Strength Haruna.y	13:30 ~ 14:30 Waist Alisa.K
15:00 ~ 16:00 Release&Strength Haruna.y						15:00 ~ 16:00 Pilates Cardio Haruna.y	15:00 ~ 16:00 Back&Arm Haruna.y
						17:30 ~ 18:30 Basic nana.m	
		18:00 ~ 19:00 Waist Alisa.K	18:00 ~ 19:00 Back&Arm Haruna.y	18:00 ~ 19:00 Body Balance michi	18:00 ~ 19:00 Pilates Barre michi		
		19:30 ~ 20:30 Back&Spine michi	19:30 ~ 20:30 Waist Alisa.K	19:30 ~ 20:30 Basic nana.m	19:30 ~ 20:30 Release&Strength Haruna.y		
		21:00 ~ 22:00 Hip&Leg Alisa.K	21:00 ~ 22:00 Pilates Cardio Haruna.y	21:00 ~ 22:00 jump to burn michi	21:00 ~ 22:00 Hip Punch michi		

pilates K 八尾店		【 06/09 ~ 06/16 】		スケジュール		2025/05/14 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 Pilates Barre michi	10:30 ~ 11:30 Basic nana.m		10:30 ~ 11:30 Hip&Leg Alisa.K	10:30 ~ 11:30 Basic nana.m	10:30 ~ 11:30 Hip Punch michi	close
	12:00 ~ 13:00 Basic nana.m	12:00 ~ 13:00 jump to burn michi		12:00 ~ 13:00 Waist Alisa.K	12:00 ~ 13:00 Hip&Leg Alisa.K	12:00 ~ 13:00 Basic nana.m	
	13:30 ~ 14:30 Body Balance michi	13:30 ~ 14:30 Hip Punch michi		13:30 ~ 14:30 Basic nana.m	13:30 ~ 14:30 Waist Alisa.K	13:30 ~ 14:30 Pilates Workout michi	
					15:00 ~ 16:00 Basic nana.m	15:00 ~ 16:00 Stretch&Conditioning michi	
					17:30 ~ 18:30 Hip&Leg Alisa.K		
	18:00 ~ 19:00 Hip&Leg Alisa.K	18:00 ~ 19:00 Pilates Cardio Haruna.y	18:00 ~ 19:00 Shape up waist Haruna.y	18:00 ~ 19:00 Advance michi			
	19:30 ~ 20:30 Basic nana.m	19:30 ~ 20:30 Back&Spine michi	19:30 ~ 20:30 Hip&Leg Alisa.K	19:30 ~ 20:30 Waist Alisa.K			
	21:00 ~ 22:00 Waist Alisa.K	21:00 ~ 22:00 Hip&Leg Haruna.y	21:00 ~ 22:00 Back&Arm Haruna.y	21:00 ~ 22:00 Body Balance 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 八尾店		【 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 Hip Punch michi	10:30 ~ 11:30 Advance michi		10:30 ~ 11:30 Waist Alisa.K	10:30 ~ 11:30 Body Balance michi	10:30 ~ 11:30 Basic nana.m	close	10:30 ~ 11:30 Waist Alisa.K
12:00 ~ 13:00 Back & Spine michi	12:00 ~ 13:00 Release&Strength Haruna.y		12:00 ~ 13:00 Basic nana.m	12:00 ~ 13:00 Back & Spine Haruna.y	12:00 ~ 13:00 Waist Alisa.K		12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Alisa.K
13:30 ~ 14:30 Basic Alisa.K	13:30 ~ 14:30 Shape up waist Haruna.y		13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Alisa.K	13:30 ~ 14:30 Basic nana.m	13:30 ~ 14:30 Jump to burn Alisa.K		13:30 ~ 14:30 Basic nana.m
				15:00 ~ 16:00 Waist Alisa.K	15:00 ~ 16:00 Hip & Leg Alisa.K		
				17:30 ~ 18:30 Pilates Cardio Haruna.y			
18:00 ~ 19:00 Back & Arm Haruna.y	18:00 ~ 19:00 Basic nana.m	18:00 ~ 19:00 Pilates Barre michi	18:00 ~ 19:00 Body Balance michi				18:00 ~ 19:00 Waist Alisa.K
19:30 ~ 20:30 Pilates Cardio Haruna.y	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Alisa.K	19:30 ~ 20:30 Back & Arm Haruna.y	19:30 ~ 20:30 Hip Punch michi				19:30 ~ 20:30 Advance michi
21:00 ~ 22:00 Basic nana.m	21:00 ~ 22:00 Waist Alisa.K	21:00 ~ 22:00 Pilates Workout michi	21:00 ~ 22:00 Basic nana.m				21:00 ~ 22:00 Back & Spine michi

pilates K 八尾店		【 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		
水	木	金	土	日	月		
10:30 ~ 11:30 Jump to burn Alisa.K		10:30 ~ 11:30 Pilates Barre michi	10:30 ~ 11:30 Waist Haruna.y	10:30 ~ 11:30 Body Balance michi	close		
12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning michi		12:00 ~ 13:00 Hip Punch michi	12:00 ~ 13:00 Basic nana.m	12:00 ~ 13:00 Shape up waist Haruna.y			
13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Alisa.K		13:30 ~ 14:30 Basic nana.m	13:30 ~ 14:30 Release&Strength michi	13:30 ~ 14:30 Advance michi			
			15:00 ~ 16:00 Pilates Cardio Haruna.y	15:00 ~ 16:00 Back & Arm Haruna.y			
			17:30 ~ 18:30 Hip & Leg Alisa.K				
18:00 ~ 19:00 Hip Punch michi	18:00 ~ 19:00 Shape up waist Haruna.y	18:00 ~ 19:00 Jump to burn Alisa.K					
19:30 ~ 20:30 Basic nana.m	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Alisa.K	19:30 ~ 20:30 Release&Strength Haruna.y					
21:00 ~ 22:00 Pilates Barre michi	21:00 ~ 22:00 Basic nana.m	21:00 ~ 22:00 Back & Spine Haruna.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。