

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 Waist Yuna	close	10:30 ~ 11:30 Basic 未定	10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio Yuna	10:30 ~ 11:30 Pilates Workout Natsuho	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre Ikumi.S	10:30 ~ 11:30 Basic 未定	10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio Natsuho
12:30 ~ 13:30 Pilates Barre Natsuho		12:00 ~ 13:00 jump to burn Yuna	12:00 ~ 13:00 Body Balance Ikumi.S	12:00 ~ 13:00 Waist Nagi.m	12:00 ~ 13:00 Basic 未定	12:00 ~ 13:00 Back & Arm Yuna	12:30 ~ 13:30 Stretch & Conditioning Ikumi.S
14:30 ~ 15:30 Back & Spine Yuna		13:30 ~ 14:30 Back & Arm Yuna	13:30 ~ 14:30 Back & Spine Yuna	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Natsuho	13:30 ~ 14:30 Release & Strength Ikumi.S	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Amau.H	14:30 ~ 15:30 Shape up waist Natsuho
16:30 ~ 17:30 Hip & Leg Natsuho						15:00 ~ 16:00 Back & Spine Yuna	16:30 ~ 17:30 Waist Ikumi.S
						16:30 ~ 17:30 Basic 未定	
						18:00 ~ 19:00 Pilates Workout Amau.H	
			18:00 ~ 19:00 Body Balance Ikumi.S	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Natsuho	18:00 ~ 19:00 Basic 未定	18:00 ~ 19:00 Pilates Cardio Yuna	
			19:30 ~ 20:30 Back & Spine Yuna	19:30 ~ 20:30 Release & Strength Ikumi.S	19:30 ~ 20:30 Waist Nagi.m	19:30 ~ 20:30 Basic 未定	
			21:00 ~ 22:00 Waist Ikumi.S	21:00 ~ 22:00 Pilates Workout Natsuho	21:00 ~ 22:00 Basic 未定	21:00 ~ 22:00 Back & Arm Yuna	

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 Stretch & Conditioning Yuna	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Yuna	10:30 ~ 11:30 Body Balance Ikumi.S	10:30 ~ 11:30 Shape up waist momo.O	10:30 ~ 11:30 Body Balance Ikumi.S	10:30 ~ 11:30 Basic 未定	close
	12:00 ~ 13:00 Pilates Workout Natsuho	12:00 ~ 13:00 Basic 未定	12:00 ~ 13:00 Pilates Cardio Natsuho	12:00 ~ 13:00 Pilates Barre Ikumi.S	12:00 ~ 13:00 Basic 未定	12:30 ~ 13:30 jump to burn Yuna	
	13:30 ~ 14:30 Back & Spine Yuna	13:30 ~ 14:30 jump to burn Yuna	13:30 ~ 14:30 Waist Ikumi.S	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg momo.O	13:30 ~ 14:30 Shape up waist Natsuho	14:30 ~ 15:30 Back & Arm Yuna	
					15:00 ~ 16:00 Release & Strength Ikumi.S	16:30 ~ 17:30 Basic 未定	
					16:30 ~ 17:30 Hip & Leg Natsuho		
					18:30 ~ 19:30 Basic 未定		
	18:00 ~ 19:00 Basic 未定	18:00 ~ 19:00 Waist Ikumi.S	18:00 ~ 19:00 Pilates Barre Ikumi.S	18:00 ~ 19:00 Back & Spine Yuna			
	19:30 ~ 20:30 Shape up waist Natsuho	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg momo.O	19:30 ~ 20:30 Basic 未定	19:30 ~ 20:30 Back & Arm Natsuho			
	21:00 ~ 22:00 Basic 未定	21:00 ~ 22:00 Body Balance Ikumi.S	21:00 ~ 22:00 Basic 未定	21:00 ~ 22:00 jump to burn Yuna			

・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。

pilates K 西梅田店 【 06/17 ~ 06/24 】 スケジュール

2025/05/15 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 jump to burn momo.O	10:30 ~ 11:30 Basic 未定	10:30 ~ 11:30 Back&Arm Natsuho	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre Ikumi.S	10:30 ~ 11:30 Basic 未定	10:30 ~ 11:30 Body Balance Ikumi.S	close	10:30 ~ 11:30 Basic 未定
12:00 ~ 13:00 Basic 未定	12:00 ~ 13:00 Hip&Leg Natsuho	12:00 ~ 13:00 Back&Spine Yuna	12:00 ~ 13:00 Basic 未定	12:00 ~ 13:00 Pilates Cardio Yuna	12:30 ~ 13:30 Basic 未定		12:00 ~ 13:00 Back&Arm Yuna
13:30 ~ 14:30 Shape up waist momo.O	13:30 ~ 14:30 Basic 未定	13:30 ~ 14:30 Pilates Workout Natsuho	13:30 ~ 14:30 Body Balance Ikumi.S	13:30 ~ 14:30 Basic 未定	14:30 ~ 15:30 Pilates Workout Natsuho		13:30 ~ 14:30 Basic 未定
				15:00 ~ 16:00 Hip&Leg Natsuho	16:30 ~ 17:30 Release&Strength Ikumi.S		
				16:30 ~ 17:30 Waist Yuna			
				18:00 ~ 19:00 Pilates Barre Natsuho			
18:00 ~ 19:00 Basic 未定	18:00 ~ 19:00 Body Balance Ikumi.S	18:00 ~ 19:00 Stretch&Conditioning Ikumi.S	18:00 ~ 19:00 jump to burn Yuna				18:00 ~ 19:00 Basic 未定
19:30 ~ 20:30 Hip&Leg Natsuho	19:30 ~ 20:30 Pilates Workout Natsuho	19:30 ~ 20:30 Pilates Cardio Yuna	19:30 ~ 20:30 Basic 未定				19:30 ~ 20:30 jump to burn Yuna
21:00 ~ 22:00 Pilates Cardio Natsuho	21:00 ~ 22:00 Release&Strength Ikumi.S	21:00 ~ 22:00 Pilates Barre Ikumi.S	21:00 ~ 22:00 Waist Yuna			21:00 ~ 22:00 Back&Spine Yuna	

pilates K 西梅田店 【 06/25 ~ 06/30 】 スケジュール

2025/05/15 更新

06/25	06/26	06/27	06/28	06/29	06/30
水	木	金	土	日	月
10:30 ~ 11:30 Waist Yuna	10:30 ~ 11:30 Basic 未定	10:30 ~ 11:30 Hip&Leg 未定	10:30 ~ 11:30 Shape up waist Natsuho	10:30 ~ 11:30 Waist Yuna	close
12:00 ~ 13:00 Basic 未定	12:00 ~ 13:00 Shape up waist Natsuho	12:00 ~ 13:00 Basic 未定	12:00 ~ 13:00 Basic 未定	12:30 ~ 13:30 Pilates Barre Natsuho	
13:30 ~ 14:30 Pilates Cardio Yuna	13:30 ~ 14:30 Basic 未定	13:30 ~ 14:30 Release&Strength Ikumi.S	13:30 ~ 14:30 jump to burn Yuna	14:30 ~ 15:30 Basic 未定	
			15:00 ~ 16:00 Back&Arm Natsuho	16:30 ~ 17:30 Hip&Leg Natsuho	
			16:30 ~ 17:30 Stretch&Conditioning Yuna		
			18:00 ~ 19:00 Basic 未定		
18:00 ~ 19:00 Shape up waist momo.O	18:00 ~ 19:00 Back&Arm Natsuho	18:00 ~ 19:00 Pilates Workout Natsuho			
19:30 ~ 20:30 Pilates Barre Natsuho	19:30 ~ 20:30 Hip&Leg Natsuho	19:30 ~ 20:30 Basic 未定			
21:00 ~ 22:00 Hip&Leg 未定	21:00 ~ 22:00 Basic 未定	21:00 ~ 22:00 Shape up waist Natsuho			

：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。