

pilates K 西梅田店		【 06/01 ~ 06/08 】		スケジュール		2025/06/13 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 Waist Yuna	close	10:30 ~ 11:30 Basic Maho.F	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 Maho.F	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 Basic Hono.Y	12:00 ~ 13:00 Basic Maho.F	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 Maho.F	
						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 Maho.F	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 Yuna	19:30 ~ 20:30 Basic Maho.F		
		21:00 ~ 22:00 Waist Ikumi.S	21:00 ~ 22:00 Pilates Workout Natsuho	21:00 ~ 22:00 Basic Maho.F	21:00 ~ 22:00 Back & Arm Yuna		

pilates K 西梅田店		【 06/09 ~ 06/16 】		スケジュール		2025/06/13 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 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 Back & Arm Natsuho	10:30 ~ 11:30 Basic 未定	close
	12:00 ~ 13:00 Pilates Workout Natsuho	12:00 ~ 13:00 Basic Maho.F	12:00 ~ 13:00 Pilates Cardio Natsuho	12:00 ~ 13:00 Pilates Barre Ikumi.S	12:00 ~ 13:00 Basic Maho.F	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 Basic Maho.F	16:30 ~ 17:30 Basic 未定	
					16:30 ~ 17:30 Hip & Leg Natsuho		
					18:00 ~ 19:00 Basic Maho.F		
	18:00 ~ 19:00 Basic Maho.F	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 Maho.F	19:30 ~ 20:30 Back & Arm Natsuho			
	21:00 ~ 22:00 Basic Maho.F	21:00 ~ 22:00 Body Balance Ikumi.S	21:00 ~ 22:00 Basic Maho.F	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		2025/06/13	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 Basic 未定	10:30 ~ 11:30 Basic 未定	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Natsuho	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 Back & Spine Yuna	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 Basic 未定		
				16:30 ~ 17:30 Waist Yuna			
				18:00 ~ 19:00 Pilates Barre Natsuho			
18:00 ~ 19:00 Basic 未定	18:00 ~ 19:00 Basic 未定	18:00 ~ 19:00 Stretch & Conditioning Yuna	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 Pilates Barre Natsuho	21:00 ~ 22:00 Basic 未定	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		2025/06/13	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 Yuna	10:30 ~ 11:30 Basic 未定	10:30 ~ 11:30 Basic 未定	10:30 ~ 11:30 Shape up waist Natsuho	10:30 ~ 11:30 Waist Yuna			
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 Basic 未定	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 momo.O	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。