

pilates K 大津テラス		【 07/01 ~ 07/08 】		スケジュール		2025/07/24 更新	
07/01	07/02	07/03	07/04	07/05	07/06	07/07	07/08
火	水	木	金	土	日	月	火
10:30 ~ 11:30 Back & Arm Kana.S	10:30 ~ 11:30 Basic Natsumi.F	~	10:30 ~ 11:30 Waist Kana.S	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre Momo.O	10:30 ~ 11:30 Basic Risa.F	close	10:30 ~ 11:30 Shape up waist Momo.O
12:00 ~ 13:00 Waist Kana.S	12:30 ~ 13:30 Back & Arm Kana.S	~	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Kayan.C	12:00 ~ 13:00 Basic Risa.F	12:30 ~ 13:30 jump to burn Momo.O		12:00 ~ 13:00 Basic Risa.F
13:30 ~ 14:30 Basic Natsumi.F	~	~	13:30 ~ 14:30 Back & Arm Kana.S	13:30 ~ 14:30 Release&Strength Momo.O	14:30 ~ 15:30 Basic Natsumi.F		13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Momo.O
~	~	~	~	15:00 ~ 16:00 Basic Natsumi.F	16:30 ~ 17:30 Hip & Leg Momo.O		~
~	~	~	~	~	~		~
~	~	~	~	17:30 ~ 18:30 Basic Risa.F	~		~
18:00 ~ 19:00 Pilates Cardio Kayan.C	18:00 ~ 19:00 Pilates Barre Kayan.C	18:00 ~ 19:00 Waist Kana.S	18:00 ~ 19:00 Basic Natsumi.F	~	~		18:00 ~ 19:00 Release&Strength Momo.O
19:30 ~ 20:30 Basic Risa.F	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Kayan.C	19:30 ~ 20:30 Pilates Cardio Kayan.C	19:30 ~ 20:30 Basic Natsumi.F	~	~		19:30 ~ 20:30 Basic Risa.F
21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning Kayan.C	21:00 ~ 22:00 Basic Risa.F	21:00 ~ 22:00 Back & Arm Kana.S	21:00 ~ 22:00 Shape up waist Momo.O	~	~		21:00 ~ 22:00 Basic Natsumi.F

pilates K 大津テラス		【 07/09 ~ 07/16 】		スケジュール		2025/07/24 更新	
07/09	07/10	07/11	07/12	07/13	07/14	07/15	07/16
水	木	金	土	日	月	火	水
10:30 ~ 11:30 Basic Natsumi.F	~	10:30 ~ 11:30 Basic Risa.F	10:30 ~ 11:30 Shape up waist Kayan.C	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Kana.S	close	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg 未定	10:30 ~ 11:30 Shape up waist Kayan.C
12:30 ~ 13:30 Shape up waist Momo.O	~	12:00 ~ 13:00 Basic Natsumi.F	12:00 ~ 13:00 Back & Arm Kana.S	12:30 ~ 13:30 Basic Natsumi.F		12:00 ~ 13:00 Pilates Cardio Kayan.C	12:30 ~ 13:30 Pilates Barre Kayan.C
~	~	13:30 ~ 14:30 jump to burn Kayan.C	13:30 ~ 14:30 Basic Natsumi.F	14:30 ~ 15:30 Waist Kana.S		13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning Kayan.C	~
~	~	~	15:00 ~ 16:00 Stretch & Conditioning Kayan.C	16:30 ~ 17:30 Basic Natsumi.F		~	~
~	~	~	~	~		~	~
~	~	~	17:30 ~ 18:30 Waist Kana.S	~		~	~
18:00 ~ 19:00 Waist Momo.O	18:00 ~ 19:00 Back & Arm Kana.S	18:00 ~ 19:00 Basic Natsumi.F	~	~		18:00 ~ 19:00 Release&Strength Momo.O	18:00 ~ 19:00 Basic Risa.F
19:30 ~ 20:30 Release&Strength Momo.O	19:30 ~ 20:30 Basic Risa.F	19:30 ~ 20:30 Pilates Cardio Kayan.C	~	~		19:30 ~ 20:30 Pilates Barre Kayan.C	19:30 ~ 20:30 Waist Kana.S
21:00 ~ 22:00 Basic Risa.F	21:00 ~ 22:00 jump to burn Momo.O	21:00 ~ 22:00 Release&Strength Kayan.C	~	~		21:00 ~ 22:00 Shape up waist Momo.O	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg 未定

・体験可能レッスン
 ・クラスの個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時間前までにお願しております。
 ・レッスン開始時刻 1時間前を切ったで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 大津テラス

【 07/17 ~ 07/24 】

スケジュール

2025/07/24

更新

07/17	07/18	07/19	07/20	07/21	07/22	07/23	07/24
木	金	土	日	月	火	水	木
~	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg 未定	10:30 ~ 11:30 jump to burn Kayan.C	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg 未定	close	10:30 ~ 11:30 Basic Risa.F	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Kana.S	~
~	12:00 ~ 13:00 Back & Arm Kana.S	12:00 ~ 13:00 Basic Natsumi.F	12:30 ~ 13:30 Shape up waist Momo.O		12:00 ~ 13:00 Hip & Leg 未定	12:30 ~ 13:30 Stretch & Conditioning Kayan.C	~
~	13:30 ~ 14:30 Basic Kana.S	13:30 ~ 14:30 Release & Strength Kayan.C	14:30 ~ 15:30 Basic Natsumi.F		13:30 ~ 14:30 Pilates Barre Momo.O	~	~
~	~	15:00 ~ 16:00 Basic Natsumi.F	16:30 ~ 17:30 Pilates Barre Kayan.C		~	~	~
~	~	~	~		~	~	~
~	~	17:30 ~ 18:30 Hip & Leg 未定	~		~	~	~
18:00 ~ 19:00 Back & Arm Kana.S	18:00 ~ 19:00 Basic Natsumi.F	~	~		18:00 ~ 19:00 Pilates Cardio Kayan.C	18:00 ~ 19:00 Basic Natsumi.F	18:00 ~ 19:00 Shape up waist Momo.O
19:30 ~ 20:30 Basic Natsumi.F	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg 未定	~	~		19:30 ~ 20:30 Waist Kana.S	19:30 ~ 20:30 jump to burn Momo.O	19:30 ~ 20:30 Release & Strength Momo.O
21:00 ~ 22:00 Waist Kana.S	21:00 ~ 22:00 Basic Natsumi.F	~	~		21:00 ~ 22:00 Back & Arm Kana.S	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg 未定	21:00 ~ 22:00 Basic Natsumi.F

pilates K 大津テラス

【 07/25 ~ 07/31 】

スケジュール

2025/07/24

更新

07/25	07/26	07/27	07/28	07/29	07/30	07/31
金	土	日	月	火	水	木
10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio Kayan.C	10:30 ~ 11:30 Release & Strength Momo.O	10:30 ~ 11:30 Basic Natsumi.F	close	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Kana.S	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg 未定	~
12:00 ~ 13:00 Hip & Leg 未定	12:00 ~ 13:00 Back & Arm Kana.S	12:30 ~ 13:30 Pilates Cardio Kayan.C		12:00 ~ 13:00 Waist Kana.S	12:30 ~ 13:30 Waist Kana.S	~
13:30 ~ 14:30 Release & Strength Kayan.C	13:30 ~ 14:30 Basic Natsumi.F	14:30 ~ 15:30 Back & Arm Kana.S		13:30 ~ 14:30 Basic Natsumi.F	~	~
~	15:00 ~ 16:00 Pilates Barre Momo.O	16:30 ~ 17:30 Waist Kana.S		~	~	~
~	~	~		~	~	~
~	17:30 ~ 18:30 Waist Kana.S	~		~	~	~
18:00 ~ 19:00 Back & Arm Kana.S	~	~		18:00 ~ 19:00 Shape up waist Momo.O	18:00 ~ 19:00 Basic Natsumi.F	18:00 ~ 19:00 Pilates Barre Kayan.C
19:30 ~ 20:30 Waist Kana.S	~	~		19:30 ~ 20:30 Hip & Leg 未定	19:30 ~ 20:30 Back & Arm Kana.S	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg 未定
21:00 ~ 22:00 Basic Natsumi.F	~	~		21:00 ~ 22:00 Release & Strength Momo.O	21:00 ~ 22:00 Waist Kana.S	21:00 ~ 22:00 Pilates Cardio Kayan.C

・体験可能レッスン
・クラスの曜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サイトまでご確認ください。
・ご予約されたレッスンをキャンセルされる場合は、1週間前迄にお願ひしております。
・レッスン開始時刻1時間前迄のキャンセルが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。