

pilates K 心斎橋店 【 07/01 ~ 07/08 】 スケジュール							
2025/06/17 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 Waist Azusa	10:30 ~ 11:30 Basic Marina,K		10:30 ~ 11:30 Back & Arm chihiro,m	10:30 ~ 11:30 Body Balance Kaco,F	10:30 ~ 11:30 Basic Marina,K	close	10:30 ~ 11:30 Basic Marina,K
12:00 ~ 13:00 Basic chihiro,m	12:30 ~ 13:30 Pilates Barre Azusa		12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Kaco,F	12:30 ~ 13:00 Basic chihiro,m	12:30 ~ 13:30 Waist Azusa		12:00 ~ 13:00 Pilates Barre Azusa
13:30 ~ 14:30 Back & Spine Azusa			13:30 ~ 14:30 Basic chihiro,m	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Kaco,F	14:30 ~ 15:30 Back & Spine Azusa		13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Azusa
				15:00 ~ 16:00 Back & Arm chihiro,m	16:30 ~ 17:30 Basic Marina,K		
				17:30 ~ 18:30 Basic2 Marina,K			
18:00 ~ 19:00 Back & Arm chihiro,m	18:00 ~ 19:00 Body Balance Kaco,F	18:00 ~ 19:00 Basic Marina,K	18:00 ~ 19:00 Stretch & Conditioning Kaco,F				18:00 ~ 19:00 Basic chihiro,m
19:30 ~ 20:30 Stretch & Conditioning Kaco,F	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Kaco,F	19:30 ~ 20:30 Pilates Cardio Karin	19:30 ~ 20:30 Pilates Workout Kaco,F				19:30 ~ 20:30 Waist Azusa
21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Kaco,F	21:00 ~ 22:00 Basic Marina,K	21:00 ~ 22:00 jump to burn Karin	21:00 ~ 22:00 Basic Marina,K				21:00 ~ 22:00 Back & Arm chihiro,m

pilates K 心斎橋店 【 07/09 ~ 07/16 】 スケジュール							
2025/06/17 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 Back & Arm chihiro,m		10:30 ~ 11:30 Pilates Workout Kaco,F	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Kaco,F	10:30 ~ 11:30 Pilates Workout Azusa	close	10:30 ~ 11:30 Back & Arm chihiro,m	10:30 ~ 11:30 Basic chihiro,m
12:30 ~ 13:30 Basic Marina,K		12:00 ~ 13:00 Basic Marina,K	12:00 ~ 13:00 Back & Arm chihiro,m	12:30 ~ 13:30 Basic chihiro,m		12:00 ~ 13:00 Body Balance Kaco,F	12:30 ~ 13:30 Pilates Workout Kaco,F
		13:30 ~ 14:30 Body Balance Kaco,F	13:30 ~ 14:30 Pilates Workout Azusa	14:30 ~ 15:30 Back & Spine Azusa		13:30 ~ 14:30 Basic Kaco,F	
			15:00 ~ 16:00 Basic Kaco,F	16:30 ~ 17:30 Back & Arm chihiro,m			
			17:30 ~ 18:30 Pilates Barre Azusa				
18:00 ~ 19:00 Pilates Workout Azusa	18:00 ~ 19:00 jump to burn Suzu,K	18:00 ~ 19:00 Back & Arm chihiro,m				18:00 ~ 19:00 Pilates Barre Azusa	18:00 ~ 19:00 Basic Marina,K
19:30 ~ 20:30 Back & Arm chihiro,m	19:30 ~ 20:30 Basic Marina,K	19:30 ~ 20:30 Waist Azusa				19:30 ~ 20:30 Basic Marina,K	19:30 ~ 20:30 Waist Azusa
21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Azusa	21:00 ~ 22:00 Shape up waist Suzu,K	21:00 ~ 22:00 Release&Strength Karin				21:00 ~ 22:00 Back & Spine Azusa	21:00 ~ 22:00 Pilates Barre Azusa

 : 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時間前迄にお願ひしております。
 ・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 心斎橋店

【 07/17 ~ 07/24 】 スケジュール

2025/06/17 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 Waist 🍃 Azusa	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre Azusa	10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 Marina.K	close	10:30 ~ 11:30 Shape up waist RIO	10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 Marina.K	
	12:00 ~ 13:00 Back & Arm 🍃 chihiro.m	12:00 ~ 13:00 Basic 🍃 Marina.K	12:30 ~ 13:30 Advance Azusa		12:00 ~ 13:00 Basic 🍃 Marina.K	12:30 ~ 13:30 Stretch & Conditioning 🍃 Kaco.F	
	13:30 ~ 14:30 Basic 🍃 chihiro.m	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg 🍃 Azusa	14:30 ~ 15:30 Basic 🍃 Marina.K		13:30 ~ 14:30 Pilates Cardio RIO		
		15:00 ~ 16:00 Waist 🍃 Azusa	16:30 ~ 17:30 Back & Spine Azusa				
		17:30 ~ 18:30 Basic 🍃 Marina.K					
18:00 ~ 19:00 Back & Arm 🍃 chihiro.m	18:00 ~ 19:00 Basic 🍃 Marina.K				18:00 ~ 19:00 Waist 🍃 chihiro.m	18:00 ~ 19:00 Back & Arm 🍃 chihiro.m	18:00 ~ 19:00 Basic 🍃 Shiho.Y
19:30 ~ 20:30 Basic 🍃 Marina.K	19:30 ~ 20:30 Pilates Workout Azusa				19:30 ~ 20:30 Back & Spine Azusa	19:30 ~ 20:30 Body Balance Asuka,H	19:30 ~ 20:30 Waist 🍃 chihiro.m
21:00 ~ 22:00 Back & Arm 🍃 chihiro.m	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg 🍃 Azusa				21:00 ~ 22:00 Advance Azusa	21:00 ~ 22:00 Release&Strength Asuka,H	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg 🍃 Shiho.Y

pilates K 心斎橋店

【 07/25 ~ 07/31 】 スケジュール

2025/06/17 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 Waist 🍃 chihiro.m	10:30 ~ 11:30 Back & Arm 🍃 chihiro.m	10:30 ~ 11:30 Waist 🍃 chihiro.m	close	10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 Marina.K	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg 🍃 Kaco.F	
12:00 ~ 13:00 Basic 🍃 Marina.K	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg 🍃 Kaco.F	12:30 ~ 13:30 Stretch & Conditioning 🍃 Kaco.F		12:00 ~ 13:00 Body Balance Kaco.F	12:30 ~ 13:30 Back & Spine Azusa	
13:30 ~ 14:30 Back & Arm 🍃 chihiro.m	13:30 ~ 14:30 Basic 🍃 Marina.K	14:30 ~ 15:30 Hip & Leg 🍃 Kaco.F		13:30 ~ 14:30 Hip & Leg 🍃 Kaco.F		
	15:00 ~ 16:00 Body Balance Kaco.F	16:30 ~ 17:30 Basic 🍃 chihiro.m				
	17:30 ~ 18:30 Waist 🍃 chihiro.m					
18:00 ~ 19:00 Hip & Leg 🍃 Kaco.F				18:00 ~ 19:00 Waist 🍃 Azusa	18:00 ~ 19:00 Basic 🍃 Marina.K	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg 🍃 Kaco.F
19:30 ~ 20:30 Basic 🍃 Marina.K				19:30 ~ 20:30 Basic 🍃 Marina.K	19:30 ~ 20:30 Back & Arm 🍃 chihiro.m	19:30 ~ 20:30 Advance Azusa
21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning 🍃 Kaco.F				21:00 ~ 22:00 Pilates Workout Azusa	21:00 ~ 22:00 Waist 🍃 chihiro.m	21:00 ~ 22:00 Body Balance Kaco.F

🍃 : 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。