

pilates K 大津テラス		【 08/01 ~ 08/08 】		スケジュール		2025/7/16	更新
08/01	08/02	08/03	08/04	08/05	08/06	08/07	08/08
金	土	日	月	火	水	木	金
10:30 ~ 11:30 Waist Momo.O	10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio Kayan.C	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Risa.F	close	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Risa.F	10:30 ~ 11:30 jump to burn Momo.O	~	close
12:00 ~ 13:00 Back & Arm Kayan.C	12:00 ~ 13:00 Release&Strength Kayan.C	12:30 ~ 13:30 Pilates Cardio Kayan.C		12:00 ~ 13:00 Pilates Barre Momo.O	12:30 ~ 13:30 Basic Natsumi.F	~	
13:30 ~ 14:30 jump to burn Momo.O	13:30 ~ 14:30 Basic Natsumi.F	14:30 ~ 15:30 Release&Strength Kayan.C		13:30 ~ 14:30 Waist Momo.O	~	~	
~	15:00 ~ 16:00 Waist Momo.O	16:30 ~ 17:30 Basic Risa.F		~	~	~	
~	~	~		~	~	~	
~	17:30 ~ 18:30 Basic Natsumi.F	~		~	~	~	
18:00 ~ 19:00 Basic Natsumi.F	~	~		18:00 ~ 19:00 Basic Natsumi.F	18:00 ~ 19:00 Waist Kayan.C	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Risa.F	
19:30 ~ 20:30 Pilates Barre Kayan.C	~	~		19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Risa.F	19:30 ~ 20:30 Back & Arm Kayan.C	19:30 ~ 20:30 Basic Natsumi.F	
21:00 ~ 22:00 Basic Natsumi.F	~	~		21:00 ~ 22:00 Basic Natsumi.F	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Risa.F	21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning Kayan.C	

pilates K 大津テラス		【 08/09 ~ 08/16 】		スケジュール		2025/7/16	更新
08/09	08/10	08/11	08/12	08/13	08/14	08/15	08/16
土	日	月	火	水	木	金	土
10:30 ~ 11:30 Pilates Barre Kayan.C	10:30 ~ 11:30 Basic Natsumi.F	close	10:30 ~ 11:30 Basic Natsumi.F	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Risa.F	~	10:30 ~ 11:30 jump to burn Momo.O	10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio Kayan.C
12:00 ~ 13:00 Waist Momo.O	12:30 ~ 13:30 Back & Arm Kayan.C		12:00 ~ 13:00 Basic Natsumi.F	12:30 ~ 13:30 Pilates Barre Kayan.C	~	12:00 ~ 13:00 Waist Momo.O	12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning Kayan.C
13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Kayan.C	14:30 ~ 15:30 Basic Natsumi.F		13:30 ~ 14:30 Release&Strength Momo.O	~	~	13:30 ~ 14:30 Basic Natsumi.F	13:30 ~ 14:30 Back & Arm 未定
15:00 ~ 16:00 Basic Natsumi.F	16:30 ~ 17:30 jump to burn Kayan.C		~	~	~	~	15:00 ~ 16:00 Hip & Leg Risa.F
~	~		~	~	~	~	~
17:30 ~ 18:30 Shape up waist Momo.O	~		~	~	~	~	~ Basic Risa.F
~	~		18:00 ~ 19:00 Shape up waist Momo.O	18:00 ~ 19:00 Basic Natsumi.F	18:00 ~ 19:00 Waist Kayan.C	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Risa.F	~
~	~		19:30 ~ 20:30 Basic Risa.F	19:30 ~ 20:30 jump to burn Kayan.C	19:30 ~ 20:30 Release&Strength Momo.O	19:30 ~ 20:30 Basic Natsumi.F	~
~	~		21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Risa.F	21:00 ~ 22:00 Basic Natsumi.F	21:00 ~ 22:00 Pilates Cardio Kayan.C	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Risa.F	~

・休職可能レッスン
 ・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 大津テラス		【 08/17 ~ 08/24 】		スケジュール		2025/7/16	更新
08/17	08/18	08/19	08/20	08/21	08/22	08/23	08/24
日	月	火	水	木	金	土	日
10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Risa.F	close	10:30 ~ 11:30 Back & Arm 未定	10:30 ~ 11:30 Waist 未定	~	10:30 ~ 11:30 Basic Natsumi.F	10:30 ~ 11:30 Waist 未定	10:30 ~ 11:30 Release&Strength Momo.O
12:30 ~ 13:30 Basic Natsumi.F		12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Risa.F	12:30 ~ 13:30 jump to burn Momo.O	~	12:00 ~ 13:00 Back & Arm 未定	12:00 ~ 13:00 Basic Natsumi.F	12:30 ~ 13:30 Waist 未定
14:30 ~ 15:30 Hip & Leg Risa.F		13:30 ~ 14:30 Basic Risa.F	~	~	13:30 ~ 14:30 Waist 未定	13:30 ~ 14:30 Pilates Barre Momo.O	14:30 ~ 15:30 jump to burn Momo.O
16:30 ~ 17:30 Back & Arm 未定		~	~	~	~	15:00 ~ 16:00 Back & Arm 未定	16:30 ~ 17:30 Basic Risa.F
~		~	~	~	~	~	~
~		~	~	~	~	17:30 ~ 18:30 Release&Strength Momo.O	~
~		18:00 ~ 19:00 Basic Natsumi.F	18:00 ~ 19:00 Back & Arm 未定	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Risa.F	18:00 ~ 19:00 Release&Strength Momo.O	~	~
~		19:30 ~ 20:30 Waist Momo.O	19:30 ~ 20:30 Shape up waist Momo.O	19:30 ~ 20:30 Back & Arm 未定	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Risa.F	~	~
~		21:00 ~ 22:00 jump to burn Momo.O	21:00 ~ 22:00 Basic Natsumi.F	21:00 ~ 22:00 Waist 未定	21:00 ~ 22:00 Shape up waist Momo.O	~	~
~		~	~	~	~	~	~

pilates K 大津テラス		【 08/25 ~ 08/31 】		スケジュール		2025/7/16 更新	
08/25	08/26	08/27	08/28	08/29	08/30	08/31	
月	火	水	木	金	土	日	
close	10:30 ~ 11:30 Release&Strength Momo.O	10:30 ~ 11:30 Basic Risa.F	~	10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio Kayan.C	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Momo.O	10:30 ~ 11:30 Shape up waist Momo.O	
	12:00 ~ 13:00 Basic Risa.F	12:30 ~ 13:30 Waist Momo.O	~	12:00 ~ 13:00 Basic Risa.F	12:00 ~ 13:00 Pilates Cardio Kayan.C	12:30 ~ 13:30 Stretch & Conditioning Kayan.C	
	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Momo.O	~	~	13:30 ~ 14:30 Pilates Barre Kayan.C	13:30 ~ 14:30 Waist 未定	14:30 ~ 15:30 Basic Natsumi.F	
	~	~	~	~	15:00 ~ 16:00 Release&Strength Kayan.C	16:30 ~ 17:30 Back & Arm 未定	
	~	~	~	~	~	~	
	~	~	~	~	17:30 ~ 18:30 Basic Risa.F	~	
	18:00 ~ 19:00 Waist 未定	18:00 ~ 19:00 Basic Natsumi.F	18:00 ~ 19:00 Shape up waist Momo.O	18:00 ~ 19:00 Back & Arm 未定	~	~	
	19:30 ~ 20:30 Pilates Barre Ayu	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Momo.O	19:30 ~ 20:30 Basic Risa.F	19:30 ~ 20:30 Release&Strength Momo.O	~	~	
	21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning Ayu	21:00 ~ 22:00 Back & Arm 未定	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Risa.F	21:00 ~ 22:00 Basic Natsumi.F	~	~	

・休職可能レッスン
 ・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週間前迄にお願いたします。
 ・レッスン開始時間1時間前迄のキャンセルは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。