

pilates K 茨木店		【 08/01 ~ 08/08 】		スケジュール		2025/07/11 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 Pilates Cardio Luca	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Yuika.Y	10:30 ~ 11:30 jump to burn Luca	close	10:30 ~ 11:30 Basic Kaho.O	10:30 ~ 11:30 Basic Nanami.M	~	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Nanami.M
12:00 ~ 13:00 Basic Nanami.M	12:00 ~ 13:00 Basic Kaho.O	12:30 ~ 13:30 Basic Nanami.M		12:00 ~ 13:00 Back & Arm Yuika.Y	12:30 ~ 13:30 Stretch & Conditioning Ayu	~	12:00 ~ 13:00 Shape up waist Luca
13:30 ~ 14:30 Back & Arm Yuika.Y	13:30 ~ 14:30 Waist Yuika.Y	14:30 ~ 15:30 Release & Strength Yuika.Y		13:30 ~ 14:30 Waist Yuika.Y	~	~	13:30 ~ 14:30 Basic Nanami.M
~	15:00 ~ 16:00 Basic Nanami.M	16:30 ~ 17:30 Hip Punch Luca		~	~	~	~
~	~	~		~	~	~	~
~	17:30 ~ 18:30 Release & Strength Yuika.Y	~		~	~	~	~
18:00 ~ 19:00 Basic Kaho.O	~	~		18:00 ~ 19:00 Basic Nanami.M	18:00 ~ 19:00 Basic Kaho.O	18:00 ~ 19:00 Waist Yuika.Y	18:00 ~ 19:00 Basic Kaho.O
19:30 ~ 20:30 Hip Punch Luca	~	~		19:30 ~ 20:30 Release & Strength Yuika.Y	19:30 ~ 20:30 Back & Arm Yuika.Y	19:30 ~ 20:30 Basic Kaho.O	19:30 ~ 20:30 jump to burn Luca
21:00 ~ 22:00 Waist Yuika.Y	~	~		21:00 ~ 22:00 Basic Nanami.M	21:00 ~ 22:00 Waist Kaho.O	21:00 ~ 22:00 Release & Strength Yuika.Y	21:00 ~ 22:00 Waist Kaho.O

pilates K 茨木店		【 08/09 ~ 08/16 】		スケジュール		2025/07/11 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 Luca	10:30 ~ 11:30 Basic Kaho.O	close	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre Luca	10:30 ~ 11:30 Waist Kaho.O	~	10:30 ~ 11:30 Release & Strength Yuika.Y	10:30 ~ 11:30 Basic Kaho.O
12:00 ~ 13:00 Back & Arm Yuika.Y	12:30 ~ 13:30 Release & Strength Yuika.Y		12:00 ~ 13:00 Basic Kaho.O	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg Nanami.M	~	12:00 ~ 13:00 Basic Kaho.O	12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning Ayu
13:30 ~ 14:30 Basic Kaho.O	14:30 ~ 15:30 Waist Kaho.O		13:30 ~ 14:30 Shape up waist Luca	~	~	13:30 ~ 14:30 Back & Arm Yuika.Y	13:30 ~ 14:30 jump to burn Luca
15:00 ~ 16:00 Pilates Workout Luca	16:30 ~ 17:30 Back & Arm Yuika.Y		~	~	~	~	15:00 ~ 16:00 Hip & Leg Nanami.M
~	~		~	~	~	~	~
17:30 ~ 18:30 Waist Kaho.O	~		~	~	~	~	17:30 ~ 18:30 Shape up waist Luca
~	~		18:00 ~ 19:00 Basic Nanami.M	18:00 ~ 19:00 Release & Strength Luca	18:00 ~ 19:00 Waist Yuika.Y	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Nanami.M	~
~	~		19:30 ~ 20:30 Waist Yuika.Y	19:30 ~ 20:30 Basic Nanami.M	19:30 ~ 20:30 Advance Luca	19:30 ~ 20:30 Waist Kaho.O	~
~	~		21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Nanami.M	21:00 ~ 22:00 Hip Punch Luca	21:00 ~ 22:00 Back & Arm Yuika.Y	21:00 ~ 22:00 Basic Nanami.M	~

・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 茨木店		【 08/17 ~ 08/24 】		スケジュール		2025/07/11 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 Punch Luca	close	10:30 ~ 11:30 Waist Kaho.O	10:30 ~ 11:30 jump to burn Luca	~	10:30 ~ 11:30 Basic Kaho.O	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre Luca	10:30 ~ 11:30 Back&Arm Yuika.Y
12:30 ~ 13:30 Hip&Leg Nanami.M		12:00 ~ 13:00 Back&Arm Yuika.Y	12:30 ~ 13:30 Basic Kaho.O	~	12:00 ~ 13:00 Hip&Leg Nanami.M	12:00 ~ 13:00 Release&Strength Yuika.Y	12:30 ~ 13:30 Basic Kaho.O
14:30 ~ 15:30 Pilates Cardio Luca		13:30 ~ 14:30 Basic Kaho.O	~	~	13:30 ~ 14:30 Waist Kaho.O	13:30 ~ 14:30 Basic Nanami.M	14:30 ~ 15:30 Release&Strength Yuika.Y
16:30 ~ 17:30 Basic Nanami.M		~	~	~	~	15:00 ~ 16:00 Hip Punch Luca	16:30 ~ 17:30 Waist Kaho.O
~		~	~	~	~	~	~
~		~	~	~	~	17:30 ~ 18:30 Hip&Leg Nanami.M	~
~		18:00 ~ 19:00 jump to burn Luca	18:00 ~ 19:00 Waist Yuika.Y	18:00 ~ 19:00 Hip&Leg Nanami.M	18:00 ~ 19:00 Shape up waist Luca	~	~
~		19:30 ~ 20:30 Release&Strength Yuika.Y	19:30 ~ 20:30 Hip&Leg Luca	19:30 ~ 20:30 Waist Yuika.Y	19:30 ~ 20:30 Basic Nanami.M	~	~
~		21:00 ~ 22:00 Advance Luca	21:00 ~ 22:00 Shape up waist Luca	21:00 ~ 22:00 Basic Nanami.M	21:00 ~ 22:00 Pilates Cardio Luca	~	~

pilates K 茨木店		【 08/25 ~ 08/31 】		スケジュール		2025/07/11 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 Waist Yuika.Y	10:30 ~ 11:30 Basic Nanami.M	~	10:30 ~ 11:30 Back&Arm Yuika.Y	10:30 ~ 11:30 Basic Nanami.M	10:30 ~ 11:30 Hip Punch Luca	
	12:00 ~ 13:00 Hip Punch Luca	12:30 ~ 13:30 Release&Strength Yuika.Y	~	12:00 ~ 13:00 Basic Kaho.O	12:00 ~ 13:00 Back&Arm Yuika.Y	12:30 ~ 13:30 Hip&Leg Nanami.M	
	13:30 ~ 14:30 Back&Arm Yuika.Y	~	~	13:30 ~ 14:30 Release&Strength Yuika.Y	13:30 ~ 14:30 Pilates Workout Luca	14:30 ~ 15:30 Basic Kaho.O	
	~	~	~	~	15:00 ~ 16:00 Hip&Leg Nanami.M	16:30 ~ 17:30 Waist Yuika.Y	
	~	~	~	~	~	~	
	~	~	~	~	17:30 ~ 18:30 Waist Kaho.O	~	
	18:00 ~ 19:00 Basic Nanami.M	18:00 ~ 19:00 Pilates Barre Luca	18:00 ~ 19:00 Shape up waist Luca	18:00 ~ 19:00 Waist Kaho.O	~	~	
	19:30 ~ 20:30 Pilates Cardio Luca	19:30 ~ 20:30 Waist Kaho.O	19:30 ~ 20:30 Basic Kaho.O	19:30 ~ 20:30 Hip&Leg Nanami.M	~	~	
	21:00 ~ 22:00 Hip&Leg Nanami.M	21:00 ~ 22:00 jump to burn Luca	21:00 ~ 22:00 Advance Luca	21:00 ~ 22:00 Basic Nanami.M	~	~	

・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週間前迄にお申し立てが必要です。
 ・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。