

pilates K 天王寺店		【 08/01 ~ 08/08 】		スケジュール		2025/08/10 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 🏊 Suzu.K	10:00 ~ 11:00 Hip Punch maki.U	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg 🏊 Maho.T	close	10:00 ~ 11:00 Back & Arm 🏊 未定	10:30 ~ 11:30 Basic 🏊 Yuzuha.T	10:00 ~ 11:00 Animal Stretch Suzu.K	10:30 ~ 11:30 Reset Flow Maori
12:00 ~ 13:00 Pilates Barre maki.U	11:30 ~ 12:30 Release&Strength Karin	12:00 ~ 13:00 Back & Arm 🏊 Suzu.K		11:30 ~ 12:30 Pilates Cardio Karin	12:00 ~ 13:00 Power up Control Karin	11:30 ~ 12:30 Basic 🏊 Yuzuha.T	12:00 ~ 13:00 Back & Spine Maori
13:30 ~ 14:30 Body Balance maki.U	13:00 ~ 14:00 Pilates Cardio maki.U	13:30 ~ 14:30 Pilates Barre maki.U		13:00 ~ 14:00 Basic 🏊 Yuzuha.T	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg 🏊 Suzu.K	13:00 ~ 14:00 Shape up waist Suzu.K	13:30 ~ 14:30 Back & Arm 🏊 Ayumu.K
	14:30 ~ 15:30 Basic 🏊 Yuzuha.T	15:00 ~ 16:00 jump to burn Maho.T		14:30 ~ 15:30 Pilates Workout Karin		14:30 ~ 15:30 Basic 🏊 Yuzuha.T	
	16:00 ~ 17:00 Reset Flow Karin	16:30 ~ 17:30 Waist 🏊 maki.U					
	17:30 ~ 18:30 Hip & Leg 🏊 Maho.T	18:00 ~ 19:00 Shape up waist Suzu.K					
18:00 ~ 19:00 Basic 🏊 Yuzuha.T	19:00 ~ 20:00 Stretch & Conditioning 🏊 Maho.T			18:00 ~ 19:00 Reset Flow Maori	18:00 ~ 19:00 Basic 🏊 Maho.T	18:00 ~ 19:00 Back & Arm 🏊 nana.m	18:00 ~ 19:00 Release&Strength yui
19:30 ~ 20:30 Hip & Leg 🏊 Maho.T				19:30 ~ 20:30 Back & Arm 🏊 Ayumu.K	19:30 ~ 20:30 jump to burn Maho.T	19:30 ~ 20:30 Hip Punch maki.U	19:30 ~ 20:30 Basic 🏊 Yuzuha.T
21:00 ~ 22:00 jump to burn Maho.T				21:00 ~ 22:00 Advance Maori	21:00 ~ 22:00 Pilates Cardio maki.U	21:00 ~ 22:00 Body Balance maki.U	21:00 ~ 22:00 Pilates Workout yui

pilates K 天王寺店		【 08/09 ~ 08/16 】		スケジュール		2025/08/10 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
10:00 ~ 11:00 Basic 🏊 Maho.T	10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio maki.U	10:00 ~ 11:00 Back & Arm 🏊 nana.m	10:00 ~ 11:00 Waist 🏊 Suzu.K	10:30 ~ 11:30 jump to burn Suzu.K	10:00 ~ 11:00 Body Balance yui	10:30 ~ 11:30 Advance maki.U	10:00 ~ 11:00 Pilates Barre Azusa
11:30 ~ 12:30 Pilates Workout Karin	12:00 ~ 13:00 Basic 🏊 Yuzuha.T	11:30 ~ 12:30 Hip Punch maki.U	11:30 ~ 12:30 Stretch & Conditioning 🏊 Maho.T	12:00 ~ 13:00 Back & Spine Haruna.y	11:30 ~ 12:30 Pilates Workout Karin	12:00 ~ 13:00 Back & Arm 🏊 Ayumu.K	11:30 ~ 12:30 Pilates Cardio Haruna.y
13:00 ~ 14:00 Advance maki.U	13:30 ~ 14:30 Hip Punch maki.U	13:00 ~ 14:00 Basic 🏊 Yuzuha.T	13:00 ~ 14:00 jump to burn Maho.T	13:30 ~ 14:30 Animal Stretch Suzu.K	13:00 ~ 14:00 Reset Flow Karin	13:30 ~ 14:30 Pilates Cardio maki.U	13:00 ~ 14:00 Back & Arm 🏊 Azusa
14:30 ~ 15:30 Hip & Leg 🏊 Maho.T	15:00 ~ 16:00 Power up Control Karin	14:30 ~ 15:30 Pilates Barre maki.U	14:30 ~ 15:30 Shape up waist Suzu.K		14:30 ~ 15:30 Release&Strength yui		14:30 ~ 15:30 Back & Spine yui
16:00 ~ 17:00 Back & Spine Karin	16:30 ~ 17:30 Reset Flow Karin	16:00 ~ 17:00 Shape up waist maki.U					16:00 ~ 17:00 Waist 🏊 Haruna.y
17:30 ~ 18:30 Body Balance maki.U	18:00 ~ 19:00 Back & Arm 🏊 Karin	17:30 ~ 18:30 Back & Arm 🏊 nana.m					17:30 ~ 18:30 Basic 🏊 Yuzuha.T
19:00 ~ 20:00 Release&Strength Karin		19:00 ~ 20:00 Basic 🏊 Yuzuha.T	18:00 ~ 19:00 Pilates Workout Karin	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg 🏊 Maho.T	18:00 ~ 19:00 Basic 🏊 Maho.T	18:00 ~ 19:00 jump to burn Maho.T	19:00 ~ 20:00 Body Balance yui
			19:30 ~ 20:30 Basic 🏊 Yuzuha.T	19:30 ~ 20:30 Stretch & Conditioning 🏊 Maho.T	19:30 ~ 20:30 Shape up waist Suzu.K	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg 🏊 Maho.T	
			21:00 ~ 22:00 Power up Control Karin	21:00 ~ 22:00 Basic 🏊 Yuzuha.T	21:00 ~ 22:00 Animal Stretch Suzu.K	21:00 ~ 22:00 Basic 🏊 Yuzuha.T	

🏊：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時間前を切つて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 天王寺店 【 08/17 ~ 08/24 】 スケジュール								2025/08/10	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	10:30 ~ 11:30	10:00 ~ 11:00	10:30 ~ 11:30	10:00 ~ 11:00	10:30 ~ 11:30	10:00 ~ 11:00	10:30 ~ 11:30		
Reset Flow Karin	Waist Hikaru.O	Basic Yuzuha.T	Shape up waist Suzu.K	Basic Hikaru.O	Hip & Leg Maho.T	Advance maki.U	Back & Arm Yuzuha.T		
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	11:30 ~ 12:30	12:00 ~ 13:00	11:30 ~ 12:30	12:00 ~ 13:00	11:30 ~ 12:30	12:00 ~ 13:00		
Waist Hikaru.O	Basic Hikaru.O	Waist Hikaru.O	Animal Stretch Suzu.K	jump to burn Maho.T	Stretch & Conditioning Maho.T	Animal Stretch Suzu.K	Hip Punch maki.U		
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:00 ~ 14:00	13:30 ~ 14:30	13:00 ~ 14:00	13:30 ~ 14:30	13:00 ~ 14:00	13:30 ~ 14:30		
Back & Spine Karin	Back & Arm Ayumu.K	Pilates Barre maki.U	Waist Hikaru.O	Hip & Leg Maho.T	Back & Arm Ayumu.K	Waist Suzu.K	Basic Yuzuha.T		
15:00 ~ 16:00		14:30 ~ 15:30		14:30 ~ 15:30		14:30 ~ 15:30	15:00 ~ 16:00		
Release&Strength 未定		Hip Punch maki.U		Waist Hikaru.O		Pilates Cardio maki.U	Hip & Leg Maho.T		
16:30 ~ 17:30						16:00 ~ 17:00	16:30 ~ 17:30		
Basic Hikaru.O						Basic Maho.T	Pilates Cardio maki.U		
18:00 ~ 19:00						17:30 ~ 18:30	18:00 ~ 19:00		
Shape up waist Suzu.K						Release&Strength 未定	jump to burn Maho.T		
	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	19:00 ~ 20:00			
	Animal Stretch Suzu.K	Stretch & Conditioning Maho.T	Advance maki.U	Back & Arm Yuzuha.T	Back & Spine Karin	Hip & Leg Maho.T			
	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				
	Hip & Leg Maho.T	Pilates Cardio maki.U	Basic Yuzuha.T	Pilates Workout 未定	Shape up waist Suzu.K				
	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				
	Release&Strength 未定	Hip & Leg Maho.T	Hip Punch maki.U	Pilates Barre maki.U	Power up Control Karin				

pilates K 天王寺店 【 08/25 ~ 08/31 】 スケジュール								2025/08/10	更新
08/25	08/26	08/27	08/28	08/29	08/30	08/31			
月	火	水	木	金	土	日			
10:30 ~ 11:30	10:00 ~ 11:00	10:30 ~ 11:30	10:00 ~ 11:00	10:30 ~ 11:30	10:00 ~ 11:00	10:30 ~ 11:30			
Pilates Cardio Karin.Y	Basic Yuzuha.T	Body Balance maki.U	Pilates Barre maki.U	Back & Arm Ayumu.K	Power up Control 未定	Hip & Leg Maho.T			
12:00 ~ 13:00	11:30 ~ 12:30	12:00 ~ 13:00	11:30 ~ 12:30	12:00 ~ 13:00	11:30 ~ 12:30	12:00 ~ 13:00			
Basic Yuzuha.T	Back & Arm Yuzuha.T	Power up Control Karin	Back & Spine Karin	Body Balance maki.U	Back & Arm Yuzuha.T	jump to burn Maho.T			
13:30 ~ 14:30	13:00 ~ 14:00	13:30 ~ 14:30	13:00 ~ 14:00	13:30 ~ 14:30	13:00 ~ 14:00	13:30 ~ 14:30			
Hip & Leg Karin.Y	Pilates Workout yui	Basic Yuzuha.T	Hip Punch maki.U	Advance maki.U	Release&Strength 未定	Shape up waist Suzu.K			
	14:30 ~ 15:30		14:30 ~ 15:30		14:30 ~ 15:30	15:00 ~ 16:00			
	Pilates Barre yui		Reset Flow Karin		Waist Hikaru.O	Reset Flow Karin			
					16:00 ~ 17:00	16:30 ~ 17:30			
					Pilates Workout Kaco.F	Back & Spine Karin			
					17:30 ~ 18:30	18:00 ~ 19:00			
					Basic Hikaru.O	Basic Hikaru.O			
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	19:00 ~ 20:00				
Basic Hikaru.O	Shape up waist Suzu.K	Stretch & Conditioning Maho.T	Waist Hikaru.O	Back & Arm 未定	Animal Stretch Suzu.K				
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30					
jump to burn Suzu.K	Waist Hikaru.O	Animal Stretch Suzu.K	Basic Hikaru.O	Hip & Leg Maho.T					
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00					
Shape up waist Suzu.K	Basic Hikaru.O	Hip & Leg Suzu.K	Back & Arm chihiro.m	jump to burn Maho.T					

👉 : 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時間前を切つて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。