

pilates K 天王寺店 【 09/01 ~ 09/08 】 スケジュール								2025/09/16	更新
09/01	09/02	09/03	09/04	09/05	09/06	09/07	09/08		
月	火	水	木	金	土	日	月		
10:30 ~ 11:30 Leg Lines Karin	10:00 ~ 11:00 Back & Arm Ayumu.K	10:30 ~ 11:30 Animal Stretch Karin	10:00 ~ 11:00 Basic Hikaru.O	10:30 ~ 11:30 Waist Hikaru.O	10:00 ~ 11:00 Basic Momoka.m	10:30 ~ 11:30 Pilates Workout maki.U	10:30 ~ 11:30 Release&Strength yui		
12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Lica.I	11:30 ~ 12:30 Advance mai.M	12:00 ~ 13:00 Reset Flow Karin	11:30 ~ 12:30 Hip Punch maki.U	12:00 ~ 13:00 Stretch&Conditioning Maho.T	11:30 ~ 12:30 Waist Hikaru.O	12:00 ~ 13:00 Back & Spine Karin	12:00 ~ 13:00 Shape up waist yui		
13:30 ~ 14:30 Power up Control Karin	13:00 ~ 14:00 Pilates Barre mai.M	13:30 ~ 14:30 Back & Arm Yuzuha.T	13:00 ~ 14:00 Shape up waist maki.U	13:30 ~ 14:30 Basic Hikaru.O	13:00 ~ 14:00 Leg Lines Karin	13:30 ~ 14:30 Reset Flow Karin	13:30 ~ 14:30 Basic Hikaru.O		
	14:30 ~ 15:30 Basic Hikaru.O		14:30 ~ 15:30 Waist Hikaru.O		14:30 ~ 15:30 Pilates Cardio Karin	15:00 ~ 16:00 Basic Hikaru.O			
					16:00 ~ 17:00 Basic Momoka.m	16:30 ~ 17:30 Hip Punch maki.U			
					17:30 ~ 18:30 Power up Control Karin	18:00 ~ 19:00 Waist Hikaru.O			
18:00 ~ 19:00 Waist Hikaru.O	18:00 ~ 19:00 Basic Yuzuha.T	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Maho.T	18:00 ~ 19:00 Leg Lines Karin	18:00 ~ 19:00 jump to burn Maho.T	19:00 ~ 20:00 Waist Hikaru.O		18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Maho.T		
19:30 ~ 20:30 Basic Hikaru.O	19:30 ~ 20:30 Back & Arm Yuzuha.T	19:30 ~ 20:30 jump to burn Maho.T	19:30 ~ 20:30 Back & Arm Yuzuha.T	19:30 ~ 20:30 Basic Yuzuha.T			19:30 ~ 20:30 Waist Hikaru.O		
21:00 ~ 22:00 Back & Arm Ayumu.K	21:00 ~ 22:00 Waist Hikaru.O	21:00 ~ 22:00 Basic Yuzuha.T	21:00 ~ 22:00 Waist Hikaru.O	21:00 ~ 22:00 Back & Arm Yuzuha.T			21:00 ~ 22:00 jump to burn Maho.T		

pilates K 天王寺店 【 09/09 ~ 09/16 】 スケジュール								2025/09/16	更新
09/09	09/10	09/11	09/12	09/13	09/14	09/15	09/16		
火	水	木	金	土	日	月	火		
10:00 ~ 11:00 Back & Arm Yuzuha.T	10:30 ~ 11:30 Basic Hikaru.O	10:00 ~ 11:00 Power up Control Karin	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Ayumu.K	10:00 ~ 11:00 Body Balance Ikumi.S	10:30 ~ 11:30 jump to burn Maho.T	10:00 ~ 11:00 Hip & Leg Hono.Y	10:00 ~ 10:30 Basic Yuzuha.T		
11:30 ~ 12:30 Basic Yuzuha.T	12:00 ~ 13:00 Animal Stretch Karin	11:30 ~ 12:30 Waist Hikaru.O	12:00 ~ 13:00 Leg Lines mao.y	11:30 ~ 12:30 Hip & Leg Maho.T	12:00 ~ 13:00 Basic Yuzuha.T	11:30 ~ 12:30 Hip Punch maki.U	11:30 ~ 12:30 jump to burn Maho.T		
13:00 ~ 14:00 Pilates Cardio Karin	13:30 ~ 14:30 Back & Spine Karin	13:00 ~ 14:00 Basic Hikaru.O	13:30 ~ 14:30 Pilates Workout mao.y	13:00 ~ 14:00 Release&Strength Ikumi.S	13:30 ~ 14:30 Advance maki.U	13:00 ~ 14:00 Basic Hono.Y	13:00 ~ 14:00 Hip & Leg Maho.T		
14:30 ~ 15:30 Leg Lines Karin		14:30 ~ 15:30 Reset Flow Karin		14:30 ~ 15:30 jump to burn Maho.T	15:00 ~ 16:00 Stretch&Conditioning Maho.T	14:30 ~ 15:30 Leg Lines Karin	14:30 ~ 15:30 Back & Arm Yuzuha.T		
				16:00 ~ 17:00 Pilates Barre maki.U	16:30 ~ 17:30 Back & Arm Yuzuha.T	16:00 ~ 17:00 Pilates Workout maki.U			
				17:30 ~ 18:30 Shape up waist maki.U	18:00 ~ 19:00 Pilates Cardio maki.U	17:30 ~ 18:30 Release&Strength Karin			
18:00 ~ 19:00 Pilates Workout maki.U	18:00 ~ 19:00 Pilates Barre maki.U	18:00 ~ 19:00 Basic Yuzuha.T	18:00 ~ 19:00 jump to burn Maho.T	19:00 ~ 20:00 Waist Hikaru.O		19:00 ~ 20:00 Animal Stretch Karin	18:00 ~ 19:00 Release&Strength Suzu.K		
19:30 ~ 20:30 Body Balance maki.U	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Maho.T	19:30 ~ 20:30 Animal Stretch Lin	19:30 ~ 20:30 Basic Hikaru.O				19:30 ~ 20:30 Pilates Cardio maki.U		
21:00 ~ 22:00 Back & Arm YUA.s	21:00 ~ 22:00 Advance maki.U	21:00 ~ 22:00 Back & Spine Lin	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Maho.T				21:00 ~ 22:00 Shape up waist Suzu.K		

・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 天王寺店		【 09/17 ~ 09/24 】		スケジュール		2025/09/16	更新
09/17	09/18	09/19	09/20	09/21	09/22	09/23	09/24
水	木	金	土	日	月	火	水
10:30 ~ 11:30 Reset Flow Karin	10:00 ~ 11:00 Waist Hikaru.O	10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio maki.U	10:00 ~ 11:00 Animal Stretch Lin	10:30 ~ 11:30 Shape up waist Sayaka.T	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Yuzuha.T	10:00 ~ 11:00 Hip & Leg 未定	10:30 ~ 11:30 Pilates Workout maki.U
12:00 ~ 13:00 Power up Control Karin	11:30 ~ 12:30 Basic Hikaru.O	12:00 ~ 13:00 Back & Arm Ayumu.K	11:30 ~ 12:30 Pilates Cardio maki.U	12:00 ~ 12:00 Pilates Workout maki.U	12:00 ~ 13:00 Back & Spine Aina	11:30 ~ 12:30 Back & Arm Yuzuha.T	12:00 ~ 13:00 Body Balance maki.U
13:30 ~ 14:30 Basic Yuzuha.T	13:00 ~ 14:00 Advance maki.U	13:30 ~ 14:30 Hip Punch maki.U	13:00 ~ 14:00 Back & Spine Lin	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg 未定	13:30 ~ 14:30 Shape up waist Aina	13:00 ~ 14:00 Hip Punch maki.U	13:30 ~ 14:30 Leg Lines Karin
	14:30 ~ 15:30 Pilates Workout maki.U		14:30 ~ 15:30 Power up Control Karin	14:00 ~ 15:00 Body Balance Sayaka.T		14:30 ~ 15:30 jump to burn Maho.T	
			16:00 ~ 17:00 Shape up waist maki.U	15:30 ~ 16:30 Waist Hikaru.O		16:00 ~ 17:00 Basic Yuzuha.T	
			17:30 ~ 18:30 Hip & Leg Maho.T	17:00 ~ 18:00 Pilates Barre maki.U		17:30 ~ 18:30 Pilates Barre maki.U	
18:00 ~ 19:00 Back & Arm Yuzuha.T	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Maho.T	18:00 ~ 19:00 Waist Hikaru.O	19:00 ~ 20:00 Leg Lines Karin		18:00 ~ 19:00 Back & Arm Ayumu.K	19:00 ~ 20:00 Body Balance maki.U	18:00 ~ 19:00 Reset Flow Karin
19:30 ~ 20:30 Stretch & Conditioning Maho.T	19:30 ~ 20:30 jump to burn Maho.T	19:30 ~ 20:30 Back & Arm Yuzuha.T			19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Maho.T		19:30 ~ 20:30 Basic Maho.T
21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Maho.T	21:00 ~ 22:00 Waist Hikaru.O	21:00 ~ 22:00 Basic Yuzuha.T			21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning Maho.T		21:00 ~ 22:00 Back & Arm Yuzuha.T

pilates K 天王寺店		【 09/25 ~ 09/28 】		スケジュール		2025/09/16	更新
09/25	09/26	09/27	09/28	09/29	09/30		
木	金	土	日	月	火		
10:00 ~ 11:00 Pilates Barre maki.U	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Ayumu.K	10:00 ~ 11:00 Hip Punch maki.U	10:30 ~ 11:30 Advance maki.U		10:00 ~ 11:00 Hip & Leg 未定		
11:30 ~ 12:30 Basic Harune.A	12:00 ~ 13:00 Shape up waist anna	11:30 ~ 12:30 Back & Spine mao.y	12:00 ~ 13:00 Shape up waist Suzu.K		11:30 ~ 12:30 Hip Punch maki.U		
13:00 ~ 14:00 Pilates Cardio maki.U	13:30 ~ 14:30 Release&Strength anna	13:00 ~ 14:00 Body Balance maki.U	13:30 ~ 14:30 Basic Yuzuha.T		13:00 ~ 14:00 Pilates Barre maki.U		
14:30 ~ 15:30 Hip & Leg Harune.A		14:30 ~ 15:30 Stretch & Conditioning Maho.T	15:00 ~ 16:00 Pilates Cardio maki.U		14:30 ~ 15:30 Basic Hikaru.O		
		16:00 ~ 17:00 Pilates Workout mao.y	16:30 ~ 17:30 Back & Arm Yuzuha.T				
		17:30 ~ 18:30 jump to burn Maho.T	18:00 ~ 19:00 Release&Strength Suzu.K				
18:00 ~ 19:00 Waist Hikaru.O	18:00 ~ 19:00 jump to burn Maho.T	19:00 ~ 20:00 Basic Yuzuha.T			18:00 ~ 19:00 Back & Spine Karin		
19:30 ~ 20:30 Hip Punch maki.U	19:30 ~ 20:30 Reset Flow 未定				19:30 ~ 20:30 Leg Lines Karin		
21:00 ~ 22:00 Basic Hikaru.O	21:00 ~ 22:00 Back & Arm Yuzuha.T				21:00 ~ 22:00 jump to burn Maho.T		

・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希望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。