

11/01	11/02	11/03	11/04	11/05	11/06	11/07	11/08							
土	日	月	火	水	木	金	土							
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30							
jump to burn	Basic 🇯🇵		Waist 🇯🇵	Basic 🇯🇵	Pilates Cardio	Basic 🇯🇵	Stretch & Conditioning 🇯🇵							
Saki.N	moe.K		Saki.N	ayano.M	ayano.M	Saki.N	Saki.N							
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00							
Basic 🇯🇵	Hip & Leg 🇯🇵		Basic 🇯🇵	Stretch & Conditioning 🇯🇵	Basic 🇯🇵	Back & Arm 🇯🇵	Hip & Leg 🇯🇵							
Yuka.h	Yuka.h		moe.K	Saki.N	Yuka.h	Yuka.h	Yuka.h							
13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close	close	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30							
Back & Arm 🇯🇵	Shape up waist		jump to burn			Hip & Leg 🇯🇵	Basic 🇯🇵							
Yuri.T	moe.K		Saki.N			Yuka.h	Saki.N							
15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close			close	15:00 ~ 16:00							
Waist 🇯🇵	Back & Arm 🇯🇵						Shape up waist							
Saki.N	Yuka.h						moe.K							
close	close						close							
17:30 ~ 18:30							17:30 ~ 18:30							
Stretch & Conditioning 🇯🇵							Basic 🇯🇵							
Yuri.T							ayano.M							
close			17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	close							
			Stretch & Conditioning 🇯🇵	Basic 🇯🇵	Back & Arm 🇯🇵	Waist 🇯🇵								
			Yuri.T	Yuka.h	Yuri.T	Saki.N								
			19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00								
			Shape up waist	Back & Arm 🇯🇵	Basic 🇯🇵	Back & Arm 🇯🇵								
			moe.K	Yuri.T	ayano.M	Yuri.T								
			20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30								
			Back & Arm 🇯🇵	Hip & Leg 🇯🇵	Stretch & Conditioning 🇯🇵	jump to burn								
			Yuri.T	Yuka.h	Yuri.T	Saki.N								

11/09	11/10	11/11	11/12	11/13	11/14	11/15	11/16							
日	月	火	水	木	金	土	日							
10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30							
Shape up waist		Pilates Cardio	Back & Arm	Basic	Hip & Leg	Basic	jump to burn							
moe.K		ayano.M	Yuri.T	Yuka.h	Yuka.h	ayano.M	Saki.N							
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30							
Back & Arm		Hip & Leg	Basic	Waist	Shape up waist	Back & Arm	Stretch & Conditioning							
Yuri.T		Yuka.h	ayano.M	ayano.M	moe.K	Yuri.T	ayano.M							
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close	close	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30							
Hip & Leg		Basic			Basic	Pilates Cardio	Basic							
moe.K		ayano.M			Yuka.h	ayano.M	Saki.N							
16:30 ~ 17:30		close			close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30							
Stretch & Conditioning						Basic	Waist							
Saki.N						Saki.N	ayano.M							
close						close	close							
						17:30 ~ 18:30								
						Waist								
						Saki.N								
						close								
17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30										
Basic		Waist	Basic	Back & Arm										
Saki.N		Saki.N	ayano.M	Yuri.T										
19:00 ~ 20:00		19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00										
Hip & Leg		Stretch & Conditioning	jump to burn	Basic										
Yuka.h		Yuri.T	ayano.M	moe.K										
20:30 ~ 21:30		20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30										
Waist		Basic	Back & Arm	Stretch & Conditioning										
Saki.N		Saki.N	Yuri.T	Yuri.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 ｲﾝﾓｰﾙ橿原店 【 11/17 ～ 11/24 】 スケジュール								2025/10/17	更新	
11/17	11/18	11/19	11/20	11/21	11/22	11/23	11/24			
月	火	水	木	金	土	日	月			
close	close	10:30 ～ 11:30	10:30 ～ 11:30	10:30 ～ 11:30	10:30 ～ 11:30	10:30 ～ 11:30	close			
		Basic 🌱	jump to burn	Back & Arm 🌱	Hip & Leg 🌱	Pre Basic 🌱				
		Yuka.h	Saki.N	Yuri.T	Yuka.h	ayano.M				
		12:30 ～ 13:30	12:30 ～ 13:30	12:00 ～ 13:00	12:00 ～ 13:00	12:30 ～ 13:30				
		Shape up waist	Stretch & Conditioning 🌱	Pre Basic 🌱	Waist 🌱	Hip & Leg 🌱				
		moe.K	Yuri.T	ayano.M	Saki.N	Yuka.h				
		close	close	13:30 ～ 14:30	13:30 ～ 14:30	14:30 ～ 15:30				
				Stretch & Conditioning 🌱	Pre Basic 🌱	Pilates Cardio				
				Yuri.T	ayano.M	ayano.M				
				close	15:00 ～ 16:00	16:30 ～ 17:30				
					Back & Arm 🌱	Basic 🌱				
		Yuka.h	Yuka.h							
		close	close	17:30 ～ 18:30	close	close				
		Basic 🌱								
		ayano.M								
		17:30 ～ 18:30		close				close		
		Pre Basic 🌱								
ayano.M										
19:00 ～ 20:00	19:00 ～ 20:00	19:00 ～ 20:00	close	close						
Hip & Leg 🌱	Waist 🌱	Basic 🌱								
Yuka.h	Saki.N	ayano.M								
20:30 ～ 21:30	20:30 ～ 21:30	20:30 ～ 21:30								
Pilates Cardio	Basic 🌱	Waist 🌱								
ayano.M	Yuka.h	Saki.N								

pilates K イイモール橿原店【 11/25 ~ 11/30 】スケジュール						2025/10/17	更新		
11/25	11/26	11/27	11/28	11/29	11/30				
火	水	木	金	土	日				
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30				
Hip & Leg 🌱	Pre Basic 🌱	Stretch & Conditioning 🌱	Basic 🌱	Pilates Cardio	Basic 🌱				
ayano.M	ayano.M	Yuri.T	Yuka.h	moe.K	moe.K				
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30				
Pre Basic 🌱	Pilates Cardio	Basic 🌱	Waist 🌱	Basic 🌱	Back & Arm 🌱				
ayano.M	moe.K	Yuka.h	moe.K	Yuka.h	Yuri.T				
13:30 ~ 14:30	close	close	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30				
Shape up waist			Hip & Leg 🌱	Stretch & Conditioning 🌱	Pre Basic 🌱				
Saki.N			Yuka.h	Yuri.T	ayano.M				
close			close	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30			
					Hip & Leg 🌱	Shape up waist			
					Yuka.h	Saki.N			
					close	close			
					17:30 ~ 18:30				
					Waist 🌱				
moe.K			close	close	close	close			
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30					17:30 ~ 18:30		
Basic 🌱	Back & Arm 🌱	Hip & Leg 🌱					Basic 🌱		
moe.K	Yuri.T	Yuka.h					Saki.N		
19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00					19:00 ~ 20:00		
Stretch & Conditioning 🌱	Shape up waist	Back & Arm 🌱					Hip & Leg 🌱		
Yuri.T	Saki.N	Yuri.T	moe.K						
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30						
jump to burn	Stretch & Conditioning 🌱	Basic 🌱	Shape up waist						
Saki.N	Yuri.T	Saki.N	Saki.N						

🌱 : 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。