

pilatesK 久屋大通パ-ク店

【 12/01 ~ 12/08 】 スケジュール

2025/11/18 更新

12/01	12/02	12/03	12/04	12/05	12/06	12/07	12/08	
月	火	水	木	金	土	日	月	
close	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	
	Pre Basic 🌿	Stretch & Conditioning 🌿		Pilates Barre	Waist spXmas 🌿	Back & Arm 🌿	Basic 🌿	
	Akane	megumi.Y		Natsume	Nanako.K	megumi.Y	Madoka.T	
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 13:00	
	jump to burn	Basic 🌿		Waist spXmas 🌿	Hip & Leg 🌿	Stretch & Conditioning 🌿	Back & Arm 🌿	
	Akane	Madoka.T		Nanako.K	Natsume	Nanako.K	megumi.Y	
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	13:30 ~ 14:30	
	Basic 🌿	Back & Arm 🌿		Release&Strength	Basic 🌿	Shape up waist	Basic 🌿	
	Madoka.T	megumi.Y		Natsume	Madoka.T	Natsume	Madoka.T	
	close	close		close	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	close
						Stretch & Conditioning 🌿	Basic 🌿	
						Nanako.K	Nanako.K	
						16:30 ~ 17:30		
						Basic 🌿		
						Madoka.T		
	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	close	18:00 ~ 19:00
Back &Arm 🌿	Basic 🌿	Leg Lines	Basic 🌿	Hip & Leg 🌿				
megumi.Y	Madoka.T	Natsume	Madoka.T	Akane				
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				
Shape up waist	Waist spXmas 🌿	Basic 🌿	Back &Arm 🌿	Back & Arm 🌿				
Natsume	Nanako.K	Nanako.K	megumi.Y	megumi.Y				
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	close	close	21:00 ~ 22:00		
Stretch & Conditioning 🌿	Basic 🌿	Hip & Leg 🌿	Basic 🌿			Pilates Workout		
megumi.Y	Nanako.K	Natsume	Madoka.T			Akane		

pilatesK 久屋大通パ-ク店

【 12/09 ~ 12/16 】 スケジュール

12/09	12/10	12/11	12/12	12/13	12/14	12/15	12/16	
火	水	木	金	土	日	月	火	
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	
Stretch & Conditioning 🌿	Basic 🌿		Hip & Leg 🌿	Basic 🌿	jump to burn	Shape up waist	Back & Arm 🌿	
megumi.Y	Madoka.T		Natsume	Madoka.T	Akane	Akane	megumi.Y	
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	
Pre Basic 🌿	Back & Arm 🌿		Pilates Workout	Waist spXmas 🌿	Pilates Barre	Basic 🌿	Leg Lines	
Akane	megumi.Y		Akane	Nanako.K	Natsume	Nanako.K	Akane	
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	
Back & Arm 🌿	Basic 🌿		Pilates Barre	Hip & Leg 🌿	Pre Basic 🌿	Hip & Leg 🌿	Stretch & Conditioning 🌿	
megumi.Y	Madoka.T		Natsume	Natsume	Akane	Akane	megumi.Y	
close	close		close	close	15:00 ~ 16:00	close	close	
					Leg Lines			Release&Strength
					Natsume			Natsume
					16:30 ~ 17:30			
		Stretch & Conditioning 🌿						
		Nanako.K						
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		
Basic 🌿	Waist spXmas 🌿	Shape up waist	Waist spXmas 🌿		Waist spXmas 🌿	Pre Basic 🌿		
Madoka.T	Nanako.K	Akane	Nanako.K		Nanako.K	Akane		
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
Leg Lines	jump to burn	Stretch & Conditioning 🌿	Basic 🌿		Stretch & Conditioning 🌿	Basic 🌿		
Akane	Akane	Nanako.K	Madoka.T		megumi.Y	Madoka.T		
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	close	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		
Basic 🌿	Pilates Barre	Pre Basic 🌿	Back & Arm 🌿		Back & Arm 🌿	Hip & Leg 🌿		
Madoka.T	Natsume	Akane	megumi.Y		megumi.Y	Akane		

🌿：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。

pilatesK 久屋大通パーク店		【 12/17 ~ 12/24 】 スケジュール						2025/11/18 更新
12/17	12/18	12/19	12/20	12/21	12/22	12/23	12/24	
水	木	金	土	日	月	火	水	
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	
Pre Basic 🌱		Basic 🌱	Stretch & Conditioning 🌱	Basic 🌱	Back & Arm 🌱	Hip & Leg 🌱	Release&Strength	
Akane		Madoka.T	Nanako.K	Natsume	megumi.Y	Natsume	Natsume	
12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	
jump to burn		Hip & Leg 🌱	Basic 🌱	Back & Arm 🌱	Pilates Workout	Pilates Barre	Waist spXmas 🌱	
Akane		Natsume	Madoka.T	megumi.Y	Akane	Natsume	Nanako.K	
13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	
Back & Arm 🌱		Basic 🌱	jump to burn	Release&Strength	Stretch & Conditioning 🌱	Waist spXmas 🌱	Shape up waist	
megumi.Y		Madoka.T	Akane	Natsume	megumi.Y	Nanako.K	Natsume	
close		close	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	close	close	close
	Basic 🌱			Hip & Leg 🌱				
	Madoka.T			Akane				
	16:30 ~ 17:30			close				
	Waist spXmas 🌱							
	Nanako.K							
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	close	close			
Basic 🌱	Back & Arm 🌱	Stretch & Conditioning 🌱						
Madoka.T	megumi.Y	Nanako.K						
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30						
Back & Arm 🌱	Leg Lines	Pilates Barre						
megumi.Y	Natsume	Natsume						
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	close	close	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
Basic 🌱	Release&Strength	Waist spXmas 🌱			Waist spXmas 🌱	Basic 🌱	Back & Arm 🌱	
Madoka.T	Natsume	Nanako.K			Nanako.K	Madoka.T	megumi.Y	

pilatesK 久屋大通パーク店		【 12/25 ~ 12/31 】				スケジュール	
12/25	12/26	12/27	12/28	12/29	12/30	12/31	
木	金	土	日	月	火	水	
close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	close	
	Waist 🌱	Leg Lines	Back & Arm 🌱	Basic 🌱			
	Nanako.K	Akane	megumi.Y	Madoka.T			
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30			
	Basic 🌱	Waist 🌱	Basic 🌱	Waist 🌱			
	Madoka.T	Nanako.K	Madoka.T	Nanako.K			
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	14:30 ~ 15:30			
	Stretch & Conditioning 🌱	Basic 🌱	Waist 🌱	Back & Arm 🌱			
	Nanako.K	Madoka.T	Nanako.K	megumi.Y			
	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30			
		Stretch & Conditioning 🌱	Shape up waist	Release&Strength			
		Nanako.K	Natsume	Natsume			
		16:30 ~ 17:30	close	close			
		Basic 🌱					
		Madoka.T					
	18:00 ~ 19:00						
	jump to burn						
	Akane						
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	close				
Waist spXmas 🌱	Pilates Barre						
Akane	Natsume						
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30						
Back & Arm 🌱	Hip & Leg 🌱						
megumi.Y	Natsume						
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	close	close				
Pilates Workout	Back & Arm 🌱						
Akane	megumi.Y						

🌱 : 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。