

pilatesK 久屋大通パ-ク店		【 01/01 ~ 01/08 】		スケジュール		2025/12/13 更新		
01/01	01/02	01/03	01/04	01/05	01/06	01/07	01/08	
木	金	土	日	月	火	水	木	
close	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	
		Back&Arm 🌿	Waist 🌿		jump to burn	Release&Strength		
		megumi.Y	Nanako.K		Akane	Natsume		
		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		
		Shape up waist	Pilates Workout		Basic 🌿	Pre Basic 🌿		
		Akane	Akane		Madoka.T	Akane		
		13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		
		Stretch & Conditioning 🌿	Leg Lines		Waist 🌿	Shape up waist		
		megumi.Y	Akane		Akane	Akane		
		15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close	close		close
		Hip & Leg 🌿	Basic 🌿					
		Akane	Nanako.K					
		16:30 ~ 17:30	close					
		Basic 🌿						
		Nanako.K						
18:00 ~ 19:00								
Waist 🌿								
Nanako.K	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00				
Leg Lines		Back & Arm 🌿	Shape up waist					
Natsume		megumi.Y	Natsume					
19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30					
Basic 🌿		Pilates Workout	Back & Arm 🌿					
Madoka.T	Akane	megumi.Y						
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00						
Pilates Barre	Basic 🌿	Release&Strength						
Natsume	Madoka.T	Natsume						

pilatesK 久屋大通P [®] -ク店		【 01/09 ~ 01/16 】		スケジュール			
01/09	01/10	01/11	01/12	01/13	01/14	01/15	01/16
金	土	日	月	火	水	木	金
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30
Basic 🌿	Pilates Barre	Stretch & Conditioning 🌿	Back & Arm 🌿	Pre Basic 🌿	jump to burn		Pilates Barre
Madoka.T	Natsume	megumi.Y	megumi.Y	Akane	Akane		Natsume
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00
Stretch & Conditioning 🌿	Hip & Leg 🌿	Pilates Barre	Leg Lines	Waist 🌿	Pilates Barre		Basic 🌿
megumi.Y	Natsume	Natsume	Natsume	Akane	Natsume		Madoka.T
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30
Basic 🌿	jump to burn	Back & Arm 🌿	Shape up waist	Back & Arm 🌿	Pre Basic 🌿		Back & Arm 🌿
Madoka.T	momoka.S	megumi.Y	Natsume	megumi.Y	Akane		Natsume
close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	15:00 ~ 16:00	close	close	close	
	Basic 🌿	Release&Strength	Waist 🌿				
	Madoka.T	Natsume	Akane				
	16:30 ~ 17:30	close	16:30 ~ 17:30				
	Shape up waist		Stretch & Conditioning 🌿				
	momoka.S		megumi.Y				
	18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00				
	Basic 🌿		jump to burn				
Madoka.T	Akane						
18:00 ~ 19:00	close	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
Back & Arm 🌿			Basic 🌿	Release&Strength	Back & Arm 🌿	Stretch & Conditioning 🌿	
megumi.Y			Madoka.T	Natsume	megumi.Y	megumi.Y	
19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
Pilates Workout			Pilates Workout	Basic 🌿	Pilates Barre	Basic 🌿	
Rise.H			Akane	Madoka.T	Natsume	Madoka.T	
21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
jump to burn			Basic 🌿	Leg Lines	Stretch & Conditioning 🌿	Shape up waist	
Rise.H	Madoka.T	Natsume	megumi.Y	Mei			

🌿：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。

pilatesK 久屋大通パーク店		【 01/17 ~ 01/24 】 スケジュール						2025/12/13 更新		
01/17	01/18	01/19	01/20	01/21	01/22	01/23	01/24			
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	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30			
Stretch & Conditioning 🍃	Pilates Barre		Stretch & Conditioning 🍃	Back & Arm 🍃		Hip & Leg 🍃	Back & Arm 🍃			
megumi.Y	Natsume		megumi.Y	megumi.Y		Akane	megumi.Y			
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00			
Basic 🍃	Hip & Leg 🍃		Basic 🍃	Stretch & Conditioning 🍃		Back & Arm 🍃	Release&Strength			
Madoka.T	Natsume		Madoka.T	megumi.Y		megumi.Y	Natsume			
13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30			
Back & Arm 🍃	Leg Lines		Shape up waist	Hip & Leg 🍃		Pilates Workout	Hip & Leg 🍃			
megumi.Y	Akane		Natsume	Natsume		Akane	Natsume			
15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00		close	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00		
Pilates Workout	Pre Basic 🍃		Leg Lines	Waist 🍃			close	close	Stretch & Conditioning 🍃	
Akane	Akane		Natsume	Akane					megumi.Y	
16:30 ~ 17:30	close		16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30					16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30
Basic 🍃			Back & Arm 🍃	Pre Basic 🍃					Leg Lines	
Madoka.T			megumi.Y	Akane					Natsume	
18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00					18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
Waist 🍃			Basic 🍃	Release&Strength					Back & Arm 🍃	
Akane			Madoka.T	Natsume					megumi.Y	
close		close	close	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			close	
					Basic 🍃	Basic 🍃				
					Madoka.T	Madoka.T				
					19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				
					jump to burn	Pilates Barre				
					Akane	Natsume				
21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00						
Waist 🍃		Basic 🍃								
Akane		Madoka.T								

pilatesK 久屋大通パーク店		【 01/25 ~ 01/31 】		スケジュール			
01/25	01/26	01/27	01/28	01/29	01/30	01/31	
日	月	火	水	木	金	土	
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
Basic 🇯🇵	Back & Arm 🇯🇵	Basic 🇯🇵	Stretch & Conditioning 🇯🇵		Leg Lines	Pilates Workout	
Madoka.T	megumi.Y	Madoka.T	megumi.Y		Natsume	Akane	
12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	
Stretch & Conditioning 🇯🇵	Basic 🇯🇵	Waist 🇯🇵	Pilates Barre		Hip & Leg 🇯🇵	Basic 🇯🇵	
megumi.Y	Madoka.T	Akane	Natsume		Natsume	Madoka.T	
14:30 ~ 15:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	
Back & Arm 🇯🇵	Stretch & Conditioning 🇯🇵	Basic 🇯🇵	Back & Arm 🇯🇵		Back & Arm 🇯🇵	Release&Strength	
megumi.Y	megumi.Y	Madoka.T	megumi.Y		megumi.Y	Natsume	
16:30 ~ 17:30	close	close	close		close	close	15:00 ~ 16:00
Basic 🇯🇵							Waist 🇯🇵
Madoka.T							Akane
							16:30 ~ 17:30
							Basic 🇯🇵
							Madoka.T
							18:00 ~ 19:00
							Pilates Barre
							Natsume
close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	
	Waist 🇯🇵	jump to burn	Basic 🇯🇵	Back & Arm 🇯🇵	Basic 🇯🇵		
	Akane	Akane	Madoka.T	megumi.Y	Madoka.T		
	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
	Basic 🇯🇵	Release&Strength	Leg Lines	Waist 🇯🇵	Stretch & Conditioning 🇯🇵		
	Madoka.T	Natsume	Natsume	Akane	megumi.Y		
	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		
Pilates Workout	Pre Basic 🇯🇵	Basic 🇯🇵	jump to burn	Back & Arm 🇯🇵			
Akane	Akane	Madoka.T	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。