

pilatesK 久屋大通パーカ店		【 02/01 ~ 02/08 】 スケジュール						2026/01/14 更新	
02/01	02/02	02/03	02/04	02/05	02/06	02/07	02/08	02/07	02/08
日	月	火	水	木	金	土	日	2026/01/14 更新	2026/01/14 更新
10:30 ~ 11:30		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		Leg Lines	Waist		Stretch & Conditioning	jump to burn	Back & Arm		
Akane		Akane	Nanako.K		megumi.Y	Akane	Madoka.T		
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30	
Release&Strength		Pre Basic	Hip & Leg		Pilates Barre	Back & Arm	Waist		
Natsume		Akane	Natsume		Natsume	megumi.Y	Nanako.K		
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	14:30 ~ 15:30	
Waist		Back & Arm	jump to burn		Leg Lines	Pre Basic	Basic		
Akane		Madoka.T	Nanako.K		Natsume	Akane	Madoka.T		
16:30 ~ 17:30					15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30			
Hip & Leg					Waist	jump to burn			
Natsume					Nanako.K	Nanako.K			
close		close		close		close		close	
18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		close	
Stretch & Conditioning		Shape up waist		jump to burn		Back & Arm		close	
Nanako.K		Akane		Nanako.K		Madoka.T		close	
19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		close	
Pilates Barre		Basic		Back & Arm		Basic		close	
Natsume		Madoka.T		Madoka.T		Madoka.T		close	
21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		close	
Waist		Back & Arm		Basic		Waist		close	
megumi.Y		megumi.Y		Madoka.T		megumi.Y		close	

pilatesK 久屋大通パーカ店		【 02/09 ~ 02/16 】 スケジュール						02/15		02/16	
02/09	02/10	02/11	02/12	02/13	02/14	02/15	02/16	02/15	02/16	02/15	02/16
月	火	水	木	金	土	日	月				
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30			10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Waist	Pre Basic	Shape up waist			Pre Basic	Basic	Waist	Back & Arm			
megumi.Y	Akane	Natsume			Akane	Nanako.K	megumi.Y	Madoka.T			
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00
Basic	Waist	Stretch & Conditioning			Basic	Pilates Barre	Back & Arm	Waist			
Madoka.T	Nanako.K	Nanako.K			Madoka.T	Natsume	megumi.Y	megumi.Y			
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	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	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30
Back & Arm	jump to burn	Basic			Hip & Leg	Back & Arm	Leg Lines	Basic			
Madoka.T	Nanako.K	Madoka.T			Akane	megumi.Y	Natsume	Madoka.T			
close		close		close		close		close		close	
15:00 ~ 16:00		jump to burn		Nanako.K		15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30		close	
16:30 ~ 17:30		Hip & Leg		Natsume		Waist		Hip & Leg		close	
Natsume		18:00 ~ 19:00		Back & Arm		18:00 ~ 19:00		jump to burn		18:00 ~ 19:00	
18:00 ~ 19:00		Back & Arm		Madoka.T		18:00 ~ 19:00		Nanako.K		Leg Lines	
Basic		Release&Strength		Akane		16:30 ~ 17:30		Natsume		Akane	
19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		close		close	
Pilates Workout		Hip & Leg		Waist		Back & Arm		19:30 ~ 20:30		Stretch & Conditioning	
Akane		Akane		megumi.Y		megumi.Y		megumi.Y		Pre Basic	
21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		Nanako.K		Akane	
Leg Lines		Pilates Barre		megumi.Y		jump to burn		Nanako.K		Akane	
Akane		Natsume		megumi.Y		Nanako.K		Akane		Pre Basic	

⌚: 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。

pilatesK 久屋大通八-ク店		【 02/17 ~ 02/24 】 スケジュール						2026/01/14 更新	
02/17	02/18	02/19	02/20	02/21	02/22	02/23	02/24	火	
火	水	木	金	土	日	月	火		
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		
Pilates Workout	Release&Strength		Basic	Shape up waist	Basic	Hip&Leg	Basic		
Akane	Natsume		Madoka.T	Natsume	Madoka.T	Akane	Nanako.K		
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		
Basic	Hip&Leg		Waist	Stretch & Conditioning	Pilates Workout	Back & Arm	Waist		
Madoka.T	Natsume		Nanako.K	megumi.Y	Akane	Madoka.T	megumi.Y		
13:30 ~ 14:40	13:30 ~ 14:40		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		
Back & Arm	Waist		Back & Arm	Leg Lines	Back & Arm	Pre Basic	jump to burn		
Madoka.T	megumi.Y		Madoka.T	Natsume	Madoka.T	Akane	Nanako.K		
close	close	close	close	close	close	close	close	close	close
15:00 ~ 16:00	Basic	Shape up waist	Basic	16:30 ~ 17:30	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	18:00 ~ 19:00		
	Nanako.K	Akane	Madoka.T				Back & Arm		
16:30 ~ 17:30	Back & Arm	megumi.Y	18:00 ~ 19:00	Waist			megumi.Y		
	megumi.Y	Nanako.K		Stretch & Conditioning			18:00 ~ 19:00		
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		
Basic	Back & Arm	Shape up waist	Pilates Barre				Back & Arm		
Nanako.K	Madoka.T	Akane	Natsume				megumi.Y		
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
Waist	Pilates Barre	Hip&Leg	Basic				Release&Strength		
Nanako.K	Natsume	Akane	Nanako.K				Natsume		
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		
Hip&Leg	jump to burn	Stretch & Conditioning	Release&Strength				Shape up waist		
Akane	Nanako.K	Nanako.K	Natsume				Natsume		

pilatesK 久屋大通八-ク店		【 02/25 ~ 02/28 】 スケジュール							
02/25	02/26	02/27	02/28	火	水	木	金	土	
10:30 ~ 11:30			10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30					
Back & Arm			Waist	Hip & Leg					
Madoka.T			megumi.Y	Natsume					
12:00 ~ 13:00			12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00					
Basic			Back & Arm	Basic					
Madoka.T			megumi.Y	Madoka.T					
13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30					
Hip&Leg			Basic	Release&Strength					
Natsume			Nanako.K	Natsume					
close	close	close	close	close	close	close	close	close	close
15:00 ~ 16:00			Back & Arm						
			Madoka.T						
16:30 ~ 17:30			Waist						
			megumi.Y						
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		
Leg Lines	Basic	Pilates Workout							
Natsume	Madoka.T	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	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
Stretch & Conditioning	Waist	Pre Basic							
megumi.Y	Nanako.K	Akane							
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		
Waist	jump to burn	Basic							
megumi.Y	Nanako.K	Nanako.K							

■ : 体験可レッスン
 - 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。
 - レッスン開始時刻時間前を切っ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。