






























pilatesK 久屋大通パ-ク店		【 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						
日	月	火	水	木	金	土	日						
10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	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						
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	13:30 ~ 14:30	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		close	close		close	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30					
Hip & Leg 🍌	Waist 🍌						jump to burn						
Natsume	Nanako.K						Nanako.K						
close							16:30 ~ 17:30	close					
							Stretch & Conditioning 🍌						
							megumi.Y						
							18:00 ~ 19:00						
							Shape up waist						
							Akane						
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 🍌										
Nanako.K	Akane	Nanako.K	Madoka.T										
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30										
Pilates Barre	Basic 🍌	Back & Arm 🍌	Basic 🍌										
Natsume	Madoka.T	Madoka.T	Madoka.T										
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00										
Waist 🍌	Back & Arm 🍌	Basic 🍌	Waist 🍌										
megumi.Y	megumi.Y	Madoka.T	megumi.Y										

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

pilatesK 久屋大通パーク店

【 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	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	
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	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	15:00 ~ 16:00	close
					Basic 🍌	Shape up waist	Basic 🍌	
					Nanako.K	Akane	Madoka.T	
					16:30 ~ 17:30	close	16:30 ~ 17:30	
					Back & Arm 🍌		Waist 🍌	
					megumi.Y		megumi.Y	
					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	close	close	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				
Hip & Leg 🍌	jump to burn	Stretch & Conditioning 🍌	Release&Strength	close	close	Shape up waist		
Akane	Nanako.K	Nanako.K	Natsume			Natsume		

pilatesK 久屋大通パーク店

【 02/25 ~ 02/28 】 スケジュール

02/25	02/26	02/27	02/28	
水	木	金	土	
10:30 ~ 11:30	close	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	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
Leg Lines		Basic 🏋️	Pilates Workout	close
Natsume		Madoka.T	Akane	
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		
Waist 🏋️	jump to burn	Basic 🏋️		
megumi.Y	Nanako.K	Nanako.K		

🌱 : 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。