


pilatesK 天王寺店		【 02/01 ~ 02/08 】 スケジュール						2026/01/30 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	close	10:00 ~ 11:00	10:30 ~ 11:30	10:00 ~ 11:00	10:30 ~ 11:30	10:00 ~ 11:00	10:30 ~ 11:30	
Basic 🌿		Body Balance	Power up Control	Hip Punch	Hip & Leg 🌿	Waist 🌿	Back & Arm 🌿	
Momoka.m		maki.U	Kaco.F	maki.U	Hikaru.O	Hikaru.O	YUA.s	
12:00 ~ 13:00		11:30 ~ 12:30	12:00 ~ 13:00	11:30 ~ 12:30	12:00 ~ 13:00	11:30 ~ 12:30	12:00 ~ 13:00	
Hip Punch		Basic 🌿	Release&Strength	Shape up waist	Pilates Cardio	Pilates Barre	Pilates Workout	
Karin		Kaco.F	Karin	maki.U	maki.U	Lica.I	Kaco.F	
13:30 ~ 14:30		13:00 ~ 14:00	13:30 ~ 14:30	13:00 ~ 14:00	13:30 ~ 14:30	13:00 ~ 14:00	13:30 ~ 14:30	
Waist 🌿		Advance	Pilates Workout	Animal Stretch	Waist 🌿	Back & Arm 🌿	Basic 🌿	
Momoka.m		maki.U	maki.U	On	Hikaru.O	Yuzuha.T	YUA.s	
15:00 ~ 16:00		14:30 ~ 15:30	close	14:30 ~ 15:30	close	14:30 ~ 15:30	15:00 ~ 16:00	
Release&Strength		Shape up waist		Reset Flow		Basic 🌿	Stretch & Conditioning 🌿	
Karin		Kaco.F		On		Lica.I	Kaco.F	
16:30 ~ 17:30		close		close		close	16:00 ~ 17:00	16:30 ~ 17:30
Back & Arm 🌿							Hip & Leg 🌿	Shape up waist
Ayumu.K							Hikaru.O	Kaco.F
18:00 ~ 19:00							17:30 ~ 18:30	18:00 ~ 19:00
Pilates Cardio							Back & Spine	Back & Arm 🌿
Karin							Yuzuha.T	Ayumu.K
		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	19:00 ~ 20:00		
		Reset Flow	Back & Arm 🌿	Leg Lines	Basic 🌿	Back & Arm 🌿		
		On	Yuzuha.T	Karin	Yuzuha.T	Ayumu.K		
		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
		Basic 🌿	Hip & Leg 🌿	Basic 🌿	Pilates Workout			
		Hikaru.O	Hikaru.O	Yuzuha.T	maki.U			
		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
		Animal Stretch	Back & Spine	Waist 🌿	Back & Arm 🌿			
		On	Yuzuha.T	Yuzuha.T	Yuzuha.T			

pilatesK 天王寺店		【 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	10:00 ~ 11:00	10:00 ~ 11:00	10:00 ~ 11:00	10:30 ~ 11:30	10:00 ~ 11:00	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Hip & Leg 🌿	Basic 🌿	Release&Strength	Pilates Workout	Pilates Barre	Body Balance	Hip & Leg 🌿	Back & Arm 🌿
Hikaru.O	Hikaru.O	Marina.K	maki.U	maki.U	Sayaka.T	Azusa	Yuzuha.T
12:00 ~ 13:00	11:30 ~ 12:30	11:30 ~ 12:30	11:30 ~ 12:30	12:00 ~ 13:00	11:30 ~ 12:30	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00
Pilates Barre	Back & Arm 🌿	Back & Spine	Back & Arm 🌿	Hip Punch	Advance	Pilates Cardio	Basic 🌿
Hikaru.O	Yuzuha.T	Yuzuha.T	Yuzuha.T	maki.U	maki.U	Karin	Yuzuha.T
13:30 ~ 14:30	13:00 ~ 14:00	13:00 ~ 14:00	13:00 ~ 14:00	13:30 ~ 14:30	13:00 ~ 14:00	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30
Basic 🌿	Hip & Leg 🌿	Pilates Cardio	Body Balance	Back & Arm 🌿	Power up Control	Pilates Barre	Hip Punch
Kaco.F	Hikaru.O	Karin	maki.U	Yuzuha.T	Kaco.F	Azusa	maki.U
close	14:30 ~ 15:30	14:30 ~ 15:30	14:30 ~ 15:30	close	14:30 ~ 15:30	15:00 ~ 16:00	close
	Back & Spine	Back & Arm 🌿	Basic 🌿		Animal Stretch	Leg Lines	
	Yuzuha.T	Yuzuha.T	Yuzuha.T		Karin	Karin	
	close	16:00 ~ 17:00	close		16:00 ~ 17:00	16:30 ~ 17:30	
		Basic 🌿			Pilates Barre	Back & Arm 🌿	
		Marina.K			Sayaka.T	Ayumu.K	
		17:30 ~ 18:30			17:30 ~ 18:30	18:00 ~ 19:00	
	Leg Lines	Hip & Leg 🌿	Reset Flow				
	Karin	Kaco.F	Karin				
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	19:00 ~ 20:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	19:00 ~ 20:00		18:00 ~ 19:00
Body Balance	Pilates Cardio	Hip Punch	Advance	Hip & Leg 🌿	Leg Lines		Waist 🌿
maki.U	maki.U	Karin	Azusa	Kaco.F	Karin		Hikaru.O
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30
Power up Control	Pilates Barre		Waist 🌿	Back & Spine		Pilates Barre	
Kaco.F	mai.M		Azusa	Yuzuha.T		Hikaru.O	
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00
Hip Punch	Shape up waist		Reset Flow	Basic 🌿			Pilates Cardio
maki.U	mai.M		Karin	Kaco.F			maki.U

🌿：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 天王寺店				【 02/17 ~ 02/24 】				スケジュール		2026/01/30	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				
10:00 ~ 11:00	10:30 ~ 11:30	10:00 ~ 11:00	10:30 ~ 11:30	10:00 ~ 11:00	10:30 ~ 11:30	10:00 ~ 11:00	10:00 ~ 11:00				
Waist	Basic	Back & Spine	Hip Punch	Reset Flow	Basic	Pilates Cardio	Shape up waist				
Hikaru.O	Harune.A	Karin	On	Karin	Hikaru.O	maki.U	On				
11:30 ~ 12:30	12:00 ~ 13:00	11:30 ~ 12:30	12:00 ~ 13:00	11:30 ~ 12:30	12:00 ~ 13:00	11:30 ~ 12:30	11:30 ~ 12:30				
Power up Control	Hip & Leg	Basic	Body Balance	Hip & Leg	Hip Punch	Stretch & Conditioning	Reset Flow				
Kaco.F	Harune.A	Yuzuha.T	Kaco.F	maki.U	maki.U	Kaco.F	On				
13:00 ~ 14:00	13:30 ~ 14:30	13:00 ~ 14:00	13:30 ~ 14:30	13:00 ~ 14:00	13:30 ~ 14:30	13:00 ~ 14:00	13:00 ~ 14:00				
Basic	Animal Stretch	Back & Arm	Reset Flow	Pilates Cardio	Hip & Leg	Back & Spine	Leg Lines				
Hikaru.O	Karin	Yuzuha.T	On	Karin	Kaco.F	Yuzuha.T	Karin				
14:30 ~ 15:30	close	14:30 ~ 15:30	close	14:30 ~ 15:30	15:00 ~ 16:00	14:30 ~ 15:30	14:30 ~ 15:30				
Pilates Workout		Leg Lines		Waist	Shape up waist	Back & Arm	Release&Strength				
Kaco.F		Karin		Hikaru.O	maki.U	Yuzuha.T	Karin				
close		close		close	close	close	close				
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	19:00 ~ 20:00		19:00 ~ 20:00	18:00 ~ 19:00				
Basic	Pilates Barre	Shape up waist	Power up Control	Back & Arm		Basic	Hip & Leg				
Yuzuha.T	Hikaru.O	Ikumi.S	Kaco.F	Ayumu.K		Yuzuha.T	Kaco.F				
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30				
Reset Flow	Hip Punch	Hip & Leg	Waist				Back & Arm				
Karin	maki.U	Hikaru.O	Yuzuha.T				Yuzuha.T				
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00				
Leg Lines	Basic	Release&Strength	Back & Spine				Body Balance				
Karin	Hikaru.O	Ikumi.S	Yuzuha.T				Kaco.F				

pilatesK 天王寺店		【 02/25 ~ 02/28 】		スケジュール	
02/25		02/26		02/27	
水		木		金	
10:30 ~ 10:30		10:00 ~ 11:00		10:30 ~ 10:30	
Advance		Waist 🍷		Power up Control	
maki.U		Yuzuha.T		Kaco.F	
12:00 ~ 13:00		11:30 ~ 12:30		12:00 ~ 13:00	
Leg Lines		Pilates Cardio		Waist 🍷	
Karin		maki.U		Hikaru.O	
13:30 ~ 14:30		13:00 ~ 14:00		13:30 ~ 14:30	
Basic 🍷		Back & Spine		Stretch & Conditioning 🍷	
Yuzuha.T		Yuzuha.T		Kaco.F	
close		14:30 ~ 15:30		14:30 ~ 15:30	
		Hip Punch		Basic 🍷	
		maki.U		Hikaru.O	
		close		16:00 ~ 17:00	
				Pilates Barre	
				Hikaru.O	
				17:30 ~ 18:30	
Leg Lines					
Karin					
18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	
Pilates Workout		Basic 🍷		Back & Spine	
Kaco.F		Momoka.m		Yuzuha.T	
19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	
Shape up waist		Animal Stretch		Basic 🍷	
Kaco.F		Karin		Yuzuha.T	
21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	
Hip & Leg 🍷		Waist 🍷		Pilates Barre	
Hikaru.O		Momoka.m		Hikaru.O	

 : 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。