

pilatesK 天王寺店		【 02/01 ~ 02/08 】 スケジュール						2026/01/15 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		Pilates Barre		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		Stretch & Conditioning 🦵				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		2026/01/15 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		16:00 ~ 17:00	16:30 ~ 17:30	16:00 ~ 17:00	close
				Pilates Workout	Pilates Barre	Waist 🍌	
				maki.U	Hikaru.O	maki.U	
				17:30 ~ 18:30	18:00 ~ 19:00	17:30 ~ 18:30	
Basic 🍌		Body Balance		Power up Control			
Hikaru.O		Kaco.F		Kaco.F			
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 🍌	Advance	Shape up waist	Power up Control	Back & Arm 🍌		Basic 🍌	Hip & Leg 🍌
Yuzuha.T	maki.U	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