


pilatesK 心斎橋店		【 02/01 ~ 02/08 】 スケジュール						2026/01/28 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		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		close		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30			
Hip Punch				Basic 🍌		Release&Strength				Basic 🍌		Pilates Workout		Pilates Barre			
Marina.K				saaya		Marina.K				saaya		Azusa		chihiro.m			
12:30 ~ 13:30				12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30				12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30			
Basic 🍌				Hip Punch		Basic 🍌				Pilates Cardio		Basic 🍌		Waist 🍌			
saaya				Marina.K		saaya				chihiro.m		saaya		Marina.K			
14:30 ~ 15:30				13:30 ~ 14:30		close				13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30		14:30 ~ 15:30			
Release&Strength				Basic 🍌						Basic 🍌		Release&Strength		Animal Stretch			
Marina.K				saaya						saaya		Marina.K		chihiro.m			
16:30 ~ 17:30				close						close		close		15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30	
Basic 🍌		Hip & Leg 🍌						Hip Punch									
saaya		Azusa						Marina.K									
close		close						close						close			
																17:30 ~ 18:30	
																jump to burn	
		Marina.K															
		18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00								18:00 ~ 19:00	
		Leg Lines				Animal Stretch		Animal Stretch								Hip & Leg 🍌	
		chihiro.m				chihiro.m		chihiro.m								Azusa	
19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30									
jump to burn		Basic 🍌		Hip & Leg 🍌		Back & Arm 🍌											
Marina.K		saaya		Azusa		chihiro.m											
21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00									
Pilates Cardio		Back & Arm 🍌		Leg Lines		Advance											
chihiro.m		chihiro.m		chihiro.m		Azusa											

pilatesK 心斎橋店		【 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
close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close
	Leg Lines	Stretch & Conditioning		Back & Spine	Advance	Shape up waist	
	chihiro.m	Kaco.F		Marina.K	Azusa	Kaco.F	
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	
	Release&Strength	Pilates Workout		Basic	Pilates Cardio	Basic	
	Marina.K	Azusa		saaya	chihiro.m	saaya	
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	
	Pilates Cardio	Basic		jump to burn	Basic	Stretch & Conditioning	
	chihiro.m	saaya		Marina.K	saaya	Kaco.F	
	close	15:00 ~ 16:00		close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	
		Shape up waist			Leg Lines	Basic	
		Kaco.F			chihiro.m	saaya	
		close			close		
		17:30 ~ 18:30			17:30 ~ 18:30		
	Pilates Barre	Back & Arm					
	Azusa	Azusa					
	18:00 ~ 19:00	close		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	
	Advance			Basic	Waist		
	Azusa			saaya	Azusa		
	19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
	Back & Arm			Shape up waist	Basic		
	Azusa			Kaco.F	saaya		
	21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		
	Basic	Stretch & Conditioning		Hip & Leg			
	saaya	Kaco.F		Azusa			

 : 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。

pilatesK 心斎橋店

【 02/17 ~ 02/24 】 スケジュール

2026/01/28 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	close	10:30 ~ 11:30	
Basic 🌱	Animal Stretch		Basic 🌱	Leg Lines	Hip & Leg 🌱		Back & Arm 🌱	
saaya	chihiro.m		saaya	chihiro.m	Azusa		Azusa	
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	
jump to burn	Basic 🌱		Pilates Workout	Release&Strength	Pilates Cardio		Basic 🌱	
Marina.K	saaya		Azusa	Marina.K	chihiro.m		saaya	
13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	
Basic 🌱			Basic 🌱	Back & Arm 🌱	Advance		Hip & Leg 🌱	
saaya			saaya	chihiro.m	Azusa		Azusa	
close			close	close	15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30	close
					Basic 🌱		Animal Stretch	
					saaya		chihiro.m	
					close			
					17:30 ~ 18:30			
Hip Punch								
Marina.K								
18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		close	18:00 ~ 19:00
Release&Strength			Back & Spine	Pilates Barre	Back & Arm 🌱			Pilates Workout
Marina.K			Marina.K	Azusa	chihiro.m			Azusa
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				
Hip & Leg 🌱	Leg Lines	Waist 🌱	Hip & Leg 🌱	Back & Spine				
Azusa	chihiro.m	Azusa	Azusa	Marina.K				
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00			
Advance	Waist 🌱	Hip Punch	Animal Stretch		Hip Punch			
Azusa	Marina.K	Marina.K	chihiro.m		Marina.K			

pilatesK 心斎橋店

【 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
Basic 🌱		Hip & Leg 🌱	Animal Stretch
saaya		Azusa	chihiro.m
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00
Hip & Leg 🌱		Animal Stretch	Pilates Barre
Azusa		chihiro.m	Azusa
close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30
		Pilates Barre	Waist 🌱
		Azusa	Azusa
		close	15:00 ~ 16:00
			Pilates Cardio
			chihiro.m
	close		
	17:30 ~ 18:30		
Leg Lines			
chihiro.m			
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close
Back & Arm 🌱	Waist 🌱	Pilates Cardio	
chihiro.m	Marina.K	chihiro.m	
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
Release&Strength	Animal Stretch	Waist 🌱	
Marina.K	chihiro.m	Marina.K	
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
Leg Lines	Back & Spine	Release&Strength	
chihiro.m	Marina.K	Marina.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。