


pilatesK 西梅田店		【 02/01 ~ 02/08 】 スケジュール						2026/01/18 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	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		
Pilates Workout		Hip Punch	Back & Arm 🌿	Basic 🌿	Pilates Workout	Leg Lines	Hip & Leg 🌿		
Yuna		Rio	未定	Konoka.k	Yuna	Yuna	Honoka.g		
12:30 ~ 13:30		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	
Stretch & Conditioning 🌿		Waist 🌿	Hip & Leg 🌿	Back & Arm 🌿	Back & Spine	Waist 🌿	Basic 🌿		
Yuna		Honoka.g	Honoka.g	未定	Yuna	Honoka.g	Maho.F		
14:30 ~ 15:30		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	
Basic 🌿		Shape up waist	Waist 🌿	Body Balance	Back & Arm 🌿	Pre Basic 🌿	Waist 🌿		
Maho.F		Rio	Honoka.g	Maho.F	未定	Yuna	Honoka.g		
16:30 ~ 17:30		close	close	close	close	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	
Pilates Cardio							Pilates Cardio	Body Balance	
Yuna							Yuna	Maho.F	
close							16:30 ~ 17:30	close	
							Hip & Leg 🌿		
							Maho.F		
							18:00 ~ 19:00		
							Basic 🌿		
							Honoka.g		
							18:00 ~ 19:00		
							Hip & Leg 🌿		
							Basic 🌿		
							Konoka.k		
							19:30 ~ 20:30		
							19:30 ~ 20:30		
							19:30 ~ 20:30		
19:30 ~ 20:30									
Basic 🌿									
Back & Arm 🌿									
Hip & Leg 🌿									
Pilates Cardio									
Honoka.g									
Yuna									
21:00 ~ 22:00									
21:00 ~ 22:00									
21:00 ~ 22:00									
21:00 ~ 22:00									
Waist 🌿									
Body Balance									
Basic 🌿									
Pilates Barre									
Konoka.k									
Maho.F									
Honoka.g									
Mahiro.J									

pilatesK 西梅田店		【 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	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	
	Back & Arm 🏋️	Body Balance	jump to burn	Hip & Leg 🏋️	Pilates Barre	Back & Arm 🏋️		
	未定	Maho.F	Yuna	Honoka.g	Mahiro.J	未定		
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		
	Basic 🏋️	Pilates Barre	Hip & Leg 🏋️	Waist 🏋️	Hip & Leg 🏋️	Shape up waist		
	Honoka.g	Mahiro.J	Konoka.k	Honoka.g	Maho.F	nono.K		
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		
	Hip & Leg 🏋️	Stretch & Conditioning 🏋️	Back & Arm 🏋️	Basic 🏋️	jump to burn	Basic 🏋️		
	Konoka.k	Mahiro.J	未定	Maho.F	Mahiro.J	Konoka.k		
	close	15:00 ~ 16:00	close	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close
		Back & Arm 🏋️			Waist 🏋️	Hip Punch		
		未定			Konoka.k	未定		
		16:30 ~ 17:30			16:30 ~ 17:30			
		Waist 🏋️			Basic 🏋️			
		Konoka.k			Maho.F			
		18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00			
	Hip & Leg 🏋️	Back & Arm 🏋️						
	Honoka.g	未定						
	18:00 ~ 19:00	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	close		
	Pilates Workout		Leg Lines	Pilates Barre				
	Yuna		Yuna	Mahiro.J				
	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				
	Body Balance		Pilates Workout	Basic 🏋️				
	Maho.F		Yuna	Maho.F				
	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				
	Back & Spine	Basic 🏋️	jump to burn					
	Yuna	Honoka.g	Mahiro.J					

 : 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 西梅田店		【 02/17 ~ 02/24 】				スケジュール		2026/01/18	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		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		close		10:30 ~ 11:30	
Waist 🍃		Leg Lines		Basic 🍃		Pilates Barre		Hip Punch		Body Balance				Basic 🍃	
Honoka.g		Yuna		Maho.F		Mahiro.J		未定		Maho.F				Konoka.k	
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	
Body Balance		Back & Arm 🍃		Waist 🍃		Basic 🍃		Waist 🍃		Hip & Leg 🍃				Stretch & Conditioning 🍃	
Maho.F		未定		Konoka.k		Konoka.k		Honoka.g		Honoka.g				Mahiro.J	
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	
Basic 🍃		Hip & Leg 🍃		Body Balance		jump to burn		Basic 🍃		Waist 🍃				Pilates Barre	
Honoka.g		Konoka.k		Maho.F		Mahiro.J		Maho.F		Honoka.g				Mahiro.J	
close		close		close		close		15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30				close	
								Body Balance		Basic 🍃					
								Maho.F		Maho.F					
								16:30 ~ 17:30		close					
								Hip & Leg 🍃							
								Honoka.g							
								18:00 ~ 19:00							
								Shape up waist							
nono.K		close													
18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00											
Pre Basic 🍃				Pilates Cardio											
Yuna				Yuna											
19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30											
Hip & Leg 🍃		Back & Spine		Basic 🍃		Back & Arm 🍃		19:30 ~ 20:30		jump to burn					
Maho.F		Yuna		Honoka.g		未定		Yuna		Yuna					
21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		close		close		21:00 ~ 22:00			
Pilates Cardio		Pre Basic 🍃		Hip Punch		Body Balance						Back & Arm 🍃			
Yuna		Yuna		nono.K		Maho.F						未定			

pilatesK 西梅田店		【 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	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30				
Back & Spine	Waist 🍃	Basic 🍃	Hip & Leg 🍃				
Yuna	Honoka.g	Maho.F	Maho.F				
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00				
Waist 🍃	Basic 🍃	Pilates Cardio	Back & Spine				
Konoka.k	Maho.F	Yuna	Yuna				
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30				
Pre Basic 🍃	Hip & Leg 🍃	Body Balance	Waist 🍃				
Yuna	Maho.F	Maho.F	Honoka.g				
close	close	close	15:00 ~ 16:00				
			Pilates Cardio				
			Yuna				
			16:30 ~ 17:30				
			Basic 🍃				
			Honoka.g				
			18:00 ~ 19:00				
			Body Balance				
			Maho.F				
			close				
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00					
Body Balance	Back & Arm 🍃	Back & Spine					
Maho.F	未定	Yuna					
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30					
Basic 🍃	Pilates Barre	Hip & Leg 🍃					
Honoka.g	Mahiro.J	Konoka.k					
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00					
Hip & Leg 🍃	Stretch & Conditioning 🍃	Leg Lines					
Honoka.g	Mahiro.J	Yuna					

🍃 : 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。