

スケジュール

2026/01/23 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				10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	
Basic 🇯🇵				Shape up waist		Hip & Leg 🇯🇵				Basic 🇯🇵		Stretch & Conditioning 🇯🇵		Shape up waist	
Yuka.f				Yuka.f		Kazuna.K				Aya.M		Kazuna.K		Yuka.f	
12:30 ~ 13:30				12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30				12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30	
Pilates Cardio				Release&Strength		Basic 🇯🇵				jump to burn		Back & Arm 🇯🇵		Hip & Leg 🇯🇵	
Aya.M				Kazuna.K		Yuka.f				Kanna.K		Kanna.K		Kazuna.K	
14:30 ~ 15:30				13:30 ~ 14:30						13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30		14:30 ~ 15:30	
Shape up waist				Basic 🇯🇵						Shape up waist		Pilates Barre		Basic 🇯🇵	
Yuka.f				Yuka.f						Aya.M		Kazuna.K		Yuka.f	
16:30 ~ 17:30								close				15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30	
Stretch & Conditioning 🇯🇵												Hip & Leg 🇯🇵		Pilates Barre	
Aya.M												Kanna.K		Kazuna.K	
		close		close		close				close					
												17:30 ~ 18:30			
												Release&Strength			
												Kazuna.K			
close				18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00					
				Waist 🇯🇵		jump to burn		Back & Arm 🇯🇵		Basic 🇯🇵				close	
				Aya.M		Kanna.K		Kanna.K		Yuka.f					
				19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30					
				Hip & Leg 🇯🇵		Waist 🇯🇵		Basic 🇯🇵		Back & Arm 🇯🇵		close			
				Kazuna.K		Yuka.f		Aya.M		Kanna.K					
				21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00					
				Basic 🇯🇵		Back & Arm 🇯🇵		Hip & Leg 🇯🇵		Waist 🇯🇵					
				Aya.M		Kanna.K		Kanna.K		Yuka.f					

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			
	Basic	jump to burn		Shape up waist	Pilates Cardio	Hip & Leg				
	Aya.M	Kanna.K		Yuka.f	Aya.M	Kazuna.K				
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30				
	Hip & Leg	Stretch & Conditioning		Basic	Hip & Leg	Back & Arm				
	Kazuna.K	Aya.M		未定	Kazuna.K	Kanna.K				
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30				
	Pilates Cardio	Shape up waist		Waist	Waist	Release&Strength				
	Aya.M	Yuka.f		Yuka.f	Aya.M	Kazuna.K				
	close	15:00 ~ 16:00		close	close	15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30		
		Basic				Pilates Barre		jump to burn		
		Aya.M				Kazuna.K		Kanna.K		
		17:30 ~ 18:30				17:30 ~ 18:30		close		
									Waist	Basic
									Yuka.f	Aya.M
	18:00 ~ 19:00	close		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close				
	Back & Arm			Pilates Barre	Stretch & Conditioning					
	Kanna.K			Kazuna.K	Kazuna.K					
	19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30					
	Waist			Waist	Basic					
	Yuka.f			Yuka.f	未定					
21:00 ~ 22:00	close	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	close						
jump to burn		Release&Strength	Hip & Leg							
Kanna.K	Kazuna.K	Kazuna.K								

※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 りんくう泉南店		【 02/17 ~ 02/24 】		スケジュール		2026/01/23 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	
Back & Arm 🌿	Basic 🌿		Pilates Barre	Shape up waist	jump to burn		Basic 🌿	
Kanna.K	Yuka.f		Kazuna.K	Yuka.f	Kanna.K		Yuka.f	
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	
Basic 🌿	Back & Arm 🌿		Basic 🌿	Stretch & Conditioning 🌿	Basic 🌿		Release&Strength	
Yuka.f	Kanna.K		Aya.M	Kazuna.K	Aya.M		Kazuna.K	
13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	
Hip & Leg 🌿			Release&Strength	Basic 🌿	Back & Arm 🌿		Basic 🌿	
Kanna.K			Kazuna.K	Yuka.f	Kanna.K		Yuka.f	
close			close	close	15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30	close
					Hip & Leg 🌿		Waist 🌿	
					Kazuna.K		Aya.M	
					17:30 ~ 18:30		close	
Waist 🌿								
Yuka.f								
18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			
Basic 🌿	Pilates Cardio	Hip & Leg 🌿	Waist 🌿	jump to burn				
Aya.M	Aya.M	Kanna.K	Yuka.f	Kanna.K				
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	close	19:30 ~ 20:30			
Shape up waist	Hip & Leg 🌿	Pilates Barre	Pilates Cardio		Pilates Barre			
Yuka.f	Kanna.K	Kazuna.K	Aya.M		Kazuna.K			
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00			
Waist 🌿	Stretch & Conditioning 🌿	Back & Arm 🌿	Basic 🌿		Back & Arm 🌿			
Aya.M	Aya.M	Kanna.K	Yuka.f	Kanna.K				

pilatesK りんくう泉南店		【 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
Pilates Barre		Hip & Leg 🍃	Basic 🍃
Kazuna.K		Kanna.K	Aya.M
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00
Back & Arm 🍃		Basic 🍃	jump to burn
Kanna.K		Aya.M	Kanna.K
close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30
		Back & Arm 🍃	Shape up waist
		Kanna.K	Yuka.f
		close	15:00 ~ 16:00
	Pilates Barre		
	Kazuna.K		
	17:30 ~ 18:30		
	Back & Arm 🍃		
	Kanna.K		
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close
Waist 🍃	Pilates Cardio	Pilates Barre	
Aya.M	Aya.M	Kazuna.K	
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
Basic 🍃	Shape up waist	Waist 🍃	
Yuka.f	Yuka.f	Aya.M	
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
Pilates Cardio	Basic 🍃	Stretch & Conditioning 🍃	
Aya.M	Aya.M	Kazuna.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。