

スケジュール

2026/02/14

1739

pilatesK りんくう泉南店		【 03/09 ~ 03/16 】		スケジュール											
03/09	03/10	03/11	03/12	03/13	03/14	03/15	03/16								
月	火	水	木	金	土	日	月								
close	10:30 ~ 11:30 Basic 🍌 Yuka.f	10:30 ~ 11:30 Release&Strength Kazuna.K	close	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg 🍌 Kanna.K	10:30 ~ 11:30 Waist 🍌 Yuka.f	10:30 ~ 11:30 Release&Strength Marina.K	close								
	12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning 🍌 Kazuna.K	12:00 ~ 13:00 Waist 🍌 Marina.K		12:00 ~ 13:00 Basic 🍌 Yuka.f	12:00 ~ 13:00 Pilates Cardio Kazuna.K	12:30 ~ 13:30 Pilates Barre Kazuna.K									
	13:30 ~ 14:30 Shape up waist Yuka.f	13:30 ~ 14:30 Pilates Barre Kazuna.K		13:30 ~ 14:30 Back & Arm 🍌 Kanna.K	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg 🍌 Kanna.K	14:30 ~ 15:30 jump to burn Kanna.K									
	close	close		close	close	15:00 ~ 16:00 Stretch & Conditioning 🍌 Kazuna.K		16:30 ~ 17:30 Basic 🍌 Marina.K							
						close		close	close	17:30 ~ 18:30 Basic 🍌 Marina.K					
										close	close	close			
													close	close	close
	19:30 ~ 20:30 Back & Arm 🍌 Kanna.K	19:30 ~ 20:30 Basic 🍌 Yuka.f		19:30 ~ 20:30 Release&Strength Marina.K	19:30 ~ 20:30 Shape up waist Yuka.f	close									
	21:00 ~ 22:00 jump to burn Kanna.K	21:00 ~ 22:00 Back & Arm 🍌 Kanna.K		21:00 ~ 22:00 Basic 🍌 Marina.K	21:00 ~ 22:00 Waist 🍌 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。

pilatesK りんくう泉南店		【 03/17 ~ 03/24 】		スケジュール		2026/02/14 更新									
03/17		03/18		03/19		03/20		03/21		03/22		03/23		03/24	
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 🏊				Basic 🏊		Back & Arm 🏊		Basic 🏊				Shape up waist	
Kanna.K		Yuka.f				Yuka.f		Kanna.K		Marina.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 🏊		Pilates Cardio				jump to burn		Release&Strength		Back & Arm 🏊				Back & Arm 🏊	
Marina.K		Kazuna.K				Marina.K		Kazuna.K		Kanna.K				Kanna.K	
13:30 ~ 14:30		close				13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30		14:30 ~ 15:30				13:30 ~ 14:30	
jump to burn						Pilates Barre		Hip & Leg 🏊		Stretch & Conditioning 🏊				Pilates Barre	
Kanna.K						Kazuna.K		Kanna.K		Kazuna.K				Kazuna.K	
close						15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30				close	
				Waist 🏊		Pilates Cardio		Shape up waist							
				Yuka.f		Kazuna.K		Yuka.f							
				close		close		close							
				17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30									
		Release&Strength		Waist 🏊											
		Marina.K		Yuka.f											
		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		close		close		18:00 ~ 19:00			
Waist 🏊		jump to burn		Stretch & Conditioning 🏊		Basic 🏊									
Yuka.f		Marina.K		Kazuna.K		Marina.K									
19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30									
Release&Strength		Hip & Leg 🏊		Basic 🏊		Hip & Leg 🏊									
Marina.K		Kazuna.K		Marina.K		Kanna.K									
21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00									
Basic 🏊		Waist 🏊		Pilates Cardio		Release&Strength									
Yuka.f		Marina.K		Kazuna.K		Marina.K									

pilatesK りんくう泉南店		【 03/25 ~ 03/31 】			スケジュール	
03/25	03/26	03/27	03/28	03/29	03/30	03/31
水	木	金	土	日	月	火
10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30
Pilates Cardio		Back & Arm 🏊	Pilates Cardio	Stretch & Conditioning 🏊		Basic 🏊
Kazuna.K		Kanna.K	Kazuna.K	Kazuna.K		Marina.K
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00
Basic 🏊		Basic 🏊	Back & Arm 🏊	Shape up waist		Shape up waist
Marina.K		Marina.K	Kanna.K	Yuka.f		Yuka.f
close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30
		Hip & Leg 🏊	Basic 🏊	Waist 🏊		Release&Strength
		Kanna.K	Yuka.f	Marina.K		Marina.K
		close	15:00 ~ 16:00	close		close
	Hip & Leg 🏊		Basic 🏊			
	Kanna.K		Yuka.f			
	17:00 ~ 18:00					
	Stretch & Conditioning 🏊	close				
	Kazuna.K					
	18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
Shape up waist	jump to burn		Basic 🏊	Hip & Leg 🏊		
Yuka.f	Kanna.K		Yuka.f	Kanna.K		
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
Waist 🏊	Basic 🏊		Release&Strength	Pilates Cardio		
Marina.K	Marina.K		Kazuna.K	Kazuna.K		
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		
Basic 🏊	Hip & Leg 🏊		Shape up waist	Back & Arm 🏊		
Yuka.f	Kanna.K	Yuka.f	Kanna.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。