



pilatesK 心斎橋店

【 03/17 ~ 03/24 】 スケジュール

2026/02/24 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 Advance Azusa	10:30 ~ 11:30 Back&Arm Azusa	close	10:30 ~ 11:30 Basic Saaya.M	10:30 ~ 11:30 Power up Control Kaco.F	10:30 ~ 11:30 Basic Saaya.M	close	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre chihiro.m		
12:00 ~ 13:00 Back&Arm Azusa	12:00 ~ 13:00 Waist chihiro.m		12:00 ~ 13:00 Pilates Workout Azusa	12:00 ~ 13:00 Basic Saaya.M	12:30 ~ 13:30 Pilates Cardio chihiro.m		12:00 ~ 13:00 Power up Control Kaco.F		
13:30 ~ 14:30 Basic Saaya.M	close		13:30 ~ 14:30 Hip&Leg Saaya.M	13:30 ~ 14:30 Advance Azusa	14:30 ~ 15:30 Hip&Leg Saaya.M		13:30 ~ 14:30 Back&Arm chihiro.m		
close			15:00 ~ 16:00 Body Balance Kaco.F	15:00 ~ 16:00 Hip&Leg Saaya.M	16:30 ~ 17:30 Pilates Barre chihiro.m		close		
			17:30 ~ 18:30 Back&Arm chihiro.m	17:30 ~ 18:30 Animal Stretch chihiro.m	close				
			18:00 ~ 19:00 Power up Control Kaco.F	18:00 ~ 19:00 Stretch&Conditioning Kaco.F				18:00 ~ 19:00 Hip&Leg Saaya.M	
			19:30 ~ 20:30 Basic Saaya.M	19:30 ~ 20:30 Body Balance Kaco.F				19:30 ~ 20:30 Shape up waist Kaco.F	19:30 ~ 20:30 Pilates Cardio chihiro.m
			21:00 ~ 22:00 Stretch&Conditioning Kaco.F	21:00 ~ 22:00 Hip&Leg Kaco.F				21:00 ~ 22:00 Basic Saaya.M	21:00 ~ 22:00 Basic Saaya.M

pilatesK 心斎橋店

【 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 Body Balance Kaco.F	close	10:30 ~ 11:30 Animal Stretch chihiro.m	10:30 ~ 11:30 Waist Azusa	10:30 ~ 11:30 Hip&Leg Saaya.M	close	10:30 ~ 11:30 Basic chihiro.m			
12:30 ~ 13:30 Basic chihiro.m		12:00 ~ 13:00 Shape up waist Kaco.F	12:00 ~ 13:00 Hip&Leg Saaya.M	12:30 ~ 13:30 Body Balance Kaco.F		12:00 ~ 13:00 Hip&Leg Saaya.M			
close		13:30 ~ 14:30 Pilates Cardio chihiro.m	13:30 ~ 14:30 Back&Spine Azusa	14:30 ~ 15:30 Basic Saaya.M		13:30 ~ 14:30 Animal Stretch chihiro.m			
		15:00 ~ 16:00 Body Balance Kaco.F	16:30 ~ 17:30 Power up Control Kaco.F	close		close			
		17:30 ~ 18:30 Basic Saaya.M	close						
		18:00 ~ 19:00 Back&Spine Azusa					18:00 ~ 19:00 Waist Azusa	18:00 ~ 19:00 Pre Basic Kaco.F	
		19:30 ~ 20:30 Basic Saaya.M					19:30 ~ 20:30 Back&Spine Azusa	19:30 ~ 20:30 Advance Azusa	
		21:00 ~ 22:00 Pilates Workout Azusa					21:00 ~ 22:00 Hip&Leg Saaya.M	21:00 ~ 22:00 Back&Arm Azusa	21:00 ~ 22:00 Body Balance Kaco.F

・休館可能レッスン  
 ・クラスの個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サイトまでご確認ください。  
 ・ご予約されたレッスンをキャンセルされる場合は、1週間前までにお申し込みください。  
 ・レッスンの開始時間1週間前までキャンセルは可能ですが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。