

pilatesK 西梅田店

【 02/01 ~ 02/08 】 スケジュール

2026/02/18 更新

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
	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
	Back & Arm 🌸	Body Balance	jump to burn	Hip & Leg 🌸	Pilates Barre	Back & Arm 🌸	
	Konoka.k	Maho.F	Yuna	Honoka.g	Mahiro.J	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	
	Basic 🌸	Back & Arm 🌸	Hip & Leg 🌸	Waist 🌸	Hip & Leg 🌸	Shape up waist	
	Honoka.g	Konoka.k	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 🌸	Basic 🌸	Back & Arm 🌸	Basic 🌸	jump to burn	Basic 🌸	
	Konoka.k	Honoka.g	Konoka.k	Maho.F	Mahiro.J	Konoka.k	
	15:00 ~ 16:00				15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	
	Pilates Barre				Waist 🌸	Hip Punch	
	Maho.J				Konoka.k	未定	
	16:30 ~ 17:30				16:30 ~ 17:30		
	Waist 🌸				Basic 🌸		
	Honoka.g				Maho.F		
	18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00		
	Hip & Leg 🌸				Back & Arm 🌸		
	Konoka.k				Konoka.k		
	18:00 ~ 19:00						
	Pilates Workout						
	Yuna						
	19:30 ~ 20:30						
	Body Balance						
	Maho.F						
	21:00 ~ 22:00						
	Back & Spine						
	Yuna						

■：体験可能レッスン

- クラスの種類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時間前までにお願いしております。
- レッスン開始時刻より間隔を切っ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2回以上で、翌月の予約可能回数が1回に制限となります。

【 02/17 ~ 02/24 】 スケジュール								2026/02/18	更新
02/17	02/18	02/19	02/20	02/21	02/22	02/23	02/24		
火 10:30 ~ 11:30	水 10:30 ~ 11:30	木 10:30 ~ 11:30	金 10:30 ~ 11:30	土 10:30 ~ 11:30	日 10:30 ~ 11:30	月 10:30 ~ 11:30			
Waist	Leg Lines	Basic	Pilates Barre	Hip Punch	Body Balance			Basic	
Honoka.g	Yuna	Konoka.k	Mahiro.J	RIO	Ikumi.S			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		12:00 ~ 13:00	
Body Balance	Back & Arm	Waist	Basic	Waist	Hip & Leg			Stretch & Conditioning	
Maho.F	Konoka.k	Konoka.k	Konoka.k	Honoka.g	Ikumi.S			Mahiro.J	
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	jump to burn	Basic	14:30 ~ 15:30		Pilates Barre	
Honoka.g	Konoka.k	Maho.F	Mahiro.J	Maho.F	Honoka.g			Mahiro.J	
				15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30				
close	close	close	close	Body Balance	Basic				
				Maho.F	Honoka.g				
				16:30 ~ 17:30					
				Hip & Leg					
				Honoka.g					
				18:00 ~ 19:00					
				Shape up waist					
				RIO					
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00					
Pre Basic	Waist	Shape up waist	Hip & Leg					Pilates Cardio	
Yuna	Konoka.k	nono.K	Maho.F					Yuna	
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30	
Hip & Leg	Back & Spine	Basic	Back & Arm					jump to burn	
Maho.F	Yuna	Maho.F	Konoka.k					Yuna	
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	
Pilates Cardio	Pre Basic	Hip Punch	Body Balance					Back & Arm	
Yuna	Yuna	nono.K	Maho.F					Konoka.k	
				15:00 ~ 16:00					
close	close	close	close	Pilates Cardio					
				Yuna					
				16:30 ~ 17:30					
				Basic					
				Honoka.g					
				18:00 ~ 19:00					
				Body Balance					
				Maho.F					
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00							
Body Balance	Back & Arm	Back & Spine							
Maho.F	Konoka.k	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							

【 02/25 ~ 02/28 】 スケジュール									
02/25	02/26	02/27	02/28						
水 10:30 ~ 11:30	木 10:30 ~ 11:30	金 10:30 ~ 11:30	土 10:30 ~ 11:30						
Back & Spine	Waist	Basic	Hip & Leg						
Yuna	未定	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						
			15:00 ~ 16:00						
close	close	close	Pilates Cardio						
			Yuna						
			16:30 ~ 17:30						
			Basic						
			Honoka.g						
			18:00 ~ 19:00						
			Body Balance						
			Maho.F						
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00							
Body Balance	Back & Arm	Back & Spine							
Maho.F	Konoka.k	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							
			close						

■ : 体験可レッスン
 - 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。
 - レッスン開始時刻時間前を切っ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。