

スケジュール

22

close

スケジュール

close

- ※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週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。

pilatesK 西梅田店		【 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	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		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		
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	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	close		
				Body Balance	Basic 🍃				
				Maho.F	Honoka.g				
				16:30 ~ 17:30					
				Hip & Leg 🍃					
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	Honoka.g		close	18:00 ~ 19:00		
				18:00 ~ 19:00					
				Shape up waist					
				RIO					
Pre Basic 🍃	Waist 🍃	Shape up waist	Hip & Leg 🍃	close	close	close	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		
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		
Pilates Cardio	Pre Basic 🍃	Hip Punch	Body Balance				Back & Arm 🍃		
Yuna	Yuna	nono.K	Maho.F				Konoka.k		

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	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				
close	close	close	15:00 ~ 16:00				
			Pilates Cardio				
			Yuna				
			16:30 ~ 17:30				
			Basic 🍃				
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	Honoka.g				
			18:00 ~ 19:00				
			Body Balance				
			Maho.F				
Body Balance	Back & Arm 🍃	Back & Spine	close				
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					

🍃 : 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。