pilatesK　りんくう泉南店　【　04/01　～　04/08　】　スケジュール

2026/03/14　更新

04/01	04/02	04/03	04/04	04/05	04/06	04/07	04/08
水	木	金	土	日	月	火	水
10:30 ～ 11:30 Waist 🔰 Yuka.f	close	10:30 ～ 11:30 Shape up waist Yuka.f	10:30 ～ 11:30 Pre Basic 🔰 Kazuna.K	10:30 ～ 11:30 Basic 🔰 Marina.K	close	10:30 ～ 11:30 Pilates Cardio Kazuna.K	10:30 ～ 11:30 Release&Strength Marina.K
12:30 ～ 13:30 Release&Strength Marina.K		12:00 ～ 13:00 Back＆Arm 🔰 Kanna.K	12:00 ～ 13:00 Waist 🔰 Yuka.f	12:30 ～ 13:30 Hip＆Leg 🔰 Kazuna.K		12:00 ～ 13:00 Basic 🔰 Yuka.f	12:30 ～ 13:30 Hip＆Leg 🔰 Kazuna.K
close		13:30 ～ 14:30 Basic 🔰 Yuka.f	13:30 ～ 14:30 jump to burn Kanna.K	14:30 ～ 15:30 Back＆Arm 🔰 Kanna.K		13:30 ～ 14:30 Hip＆Leg 🔰 Kazuna.K	close
		close	15:00 ～ 16:00 Stretch＆Conditioning 🔰 Kazuna.K	16:30 ～ 17:30 Pilates Cardio Kazuna.K		close	
			17:30 ～ 18:30 Shape up waist Yuka.f	close			
18:00 ～ 19:00 Pre Basic 🔰 Kazuna.K	18:00 ～ 19:00 Release&Strength Marina.K	18:00 ～ 19:00 Basic 🔰 Marina.K	close			18:00 ～ 19:00 Hip Punch Marina.K	18:00 ～ 19:00 Waist 🔰 Yuka.f
19:30 ～ 20:30 Hip Punch Marina.K	19:30 ～ 20:30 jump to burn Kanna.K	19:30 ～ 20:30 Hip＆Leg 🔰 Kanna.K				19:30 ～ 20:30 Waist 🔰 Yuka.f	19:30 ～ 20:30 Pilates Barre Kazuna.K
21:00 ～ 22:00 Stretch＆Conditioning 🔰 Kazuna.K	21:00 ～ 22:00 Basic 🔰 Marina.K	21:00 ～ 22:00 Waist 🔰 Marina.K				21:00 ～ 22:00 Basic 🔰 Marina.K	21:00 ～ 22:00 Shape up waist Yuka.f

pilatesK　りんくう泉南店　【　04/09　～　04/16　】　スケジュール

04/09	04/10	04/11	04/12	04/13	04/14	04/15	04/16
木	金	土	日	月	火	水	木
	10:30 ～ 11:30 Back＆Arm 🔰 Kanna.K	10:30 ～ 11:30 Basic 🔰 Yuka.f	10:30 ～ 11:30 Back＆Arm 🔰 Kanna.K		10:30 ～ 11:30 Basic 🔰 Yuka.f	10:30 ～ 11:30 Back＆Arm 🔰 Kanna.K	
	12:00 ～ 13:00 Basic 🔰 Marina.K	12:00 ～ 13:00 jump to burn Kanna.K	12:30 ～ 13:30 Hip Punch Marina.K		12:00 ～ 13:30 Hip＆Leg 🔰 Kanna.K	12:30 ～ 13:30 Hip Punch Marina.K	
	13:30 ～ 14:30 Hip＆Leg 🔰 Kanna.K	13:30 ～ 14:30 Pre Basic 🔰 Kazuna.K	14:30 ～ 15:30 Waist 🔰 Yuka.f		13:30 ～ 14:30 Release&Strength Marina.K	13:30 ～ 14:30 Basic 🔰 Yuka.f	
close		15:00 ～ 16:00 Release&Strength Marina.K	16:30 ～ 17:30 Basic 🔰 Kanna.K		15:00 ～ 16:00 Shape up waist Yuka.f	15:00 ～ 16:00 Pilates Cardio Kazuna.K	close
	close			close			
		17:30 ～ 18:30 Back＆Arm 🔰 Kanna.K			17:30 ～ 18:30 Hip Punch Marina.K	17:30 ～ 18:30 Hip＆Leg 🔰 Kanna.K	
18:00 ～ 19:00 Basic 🔰 Yuka.f	18:00 ～ 19:00 Stretch＆Conditioning 🔰 Kazuna.K		close				18:00 ～ 19:00 Hip＆Leg 🔰 Kazuna.K
19:30 ～ 20:30 Hip＆Leg 🔰 Kanna.K	19:30 ～ 20:30 jump to burn Marina.K	close			close	close	19:30 ～ 20:30 Release&Strength Marina.K
21:00 ～ 22:00 Waist 🔰 Yuka.f	21:00 ～ 22:00 Pre Basic 🔰 Kazuna.K						21:00 ～ 22:00 Basic 🔰 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。

pilatesK　りんくう泉南店　【　04/17　～　04/24　】　スケジュール

2026/03/14　更新

04/17	04/18	04/19	04/20	04/21	04/22	04/23	04/24
金	土	日	月	火	水	木	金
10:30 ～ 11:30 Pilates Barre Kazuna.K	10:30 ～ 11:30 Back＆Arm Kanna.K	10:30 ～ 11:30 Waist Yuka.f	close	10:30 ～ 11:30 Shape up waist Yuka.f	10:30 ～ 11:30 Pre Basic Kazuna.K	close	10:30 ～ 11:30 Release&Strength Marina.K
12:00 ～ 13:00 Waist Yuka.f	12:00 ～ 13:00 Pilates Cardio Kazuna.K	12:30 ～ 13:30 Pre Basic Kazuna.K		12:00 ～ 13:00 Basic Marina.K	12:30 ～ 13:30 Waist Yuka.f		12:00 ～ 13:00 Hip＆Leg Kanna.K
13:30 ～ 14:30 Stretch＆Conditioning Kazuna.K	13:30 ～ 14:30 Basic Yuka.f	14:30 ～ 15:30 Shape up waist Yuka.f		13:30 ～ 14:30 Waist Yuka.f	close		13:30 ～ 14:30 Basic Marina.K
close	15:00 ～ 16:00 Hip＆Leg Kanna.K	16:30 ～ 17:30 Release&Strength Kazuna.K		close			close
	17:30 ～ 18:30 Waist Yuka.f	close					
18:00 ～ 19:00 Waist Marina.K	close			18:00 ～ 19:00 Basic Kanna.K	18:00 ～ 19:00 Release&Strength Marina.K	18:00 ～ 19:00 Basic Kanna.K	18:00 ～ 19:00 Shape up waist Yuka.f
19:30 ～ 20:30 Basic Yuka.f				19:30 ～ 20:30 Hip Punch Marina.K	19:30 ～ 20:30 jump to burn Kanna.K	19:30 ～ 20:30 Shape up waist Yuka.f	19:30 ～ 20:30 Back＆Arm Kanna.K
21:00 ～ 22:00 jump to burn Marina.K				21:00 ～ 22:00 Back＆Arm Kanna.K	21:00 ～ 22:00 Basic Marina.K	21:00 ～ 22:00 Back＆Arm Kanna.K	21:00 ～ 22:00 Basic Yuka.f

pilatesK　りんくう泉南店　【　04/25　～　04/30　】　スケジュール

04/25	04/26	04/27	04/28	04/29	04/30
土	日	月	火	水	木
10:30 ～ 11:30 Hip Punch Marina.K	10:30 ～ 11:30 Pilates Barre Kazuna.K	close	10:30 ～ 11:30 jump to burn Kanna.K	10:30 ～ 11:30 Shape up waist Yuka.f	close
12:00 ～ 13:00 Basic Yuka.f	12:30 ～ 13:30 Back＆Arm Kanna.K		12:00 ～ 13:00 Pre Basic Kazuna.K	12:00 ～ 13:00 Release&Strength Marina.K	
13:30 ～ 14:30 Pilates Cardio Kazuna.K	14:30 ～ 15:30 Hip＆Leg Kazuna.K		13:30 ～ 14:30 Back＆Arm Kanna.K	13:30 ～ 14:30 Basic Yuka.f	
15:00 ～ 16:00 Release&Strength Marina.K	16:30 ～ 17:30 Basic Kanna.K		close	15:00 ～ 16:00 Back＆Arm Kanna.K	
	close				
17:30 ～ 18:30 Pre Basic Kazuna.K				17:30 ～ 18:30 Hip＆Leg Kanna.K	
close			18:00 ～ 19:00 Waist Marina.K	close	18:00 ～ 19:00 jump to burn Kanna.K
			19:30 ～ 20:30 Pilates Barre Kazuna.K		19:30 ～ 20:30 Basic Marina.K
			21:00 ～ 22:00 Hip Punch Marina.K		21:00 ～ 22:00 Shape up waist Yuka.f

：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。