

pilatesK 西梅田店

【 04/01 ~ 04/08 】 スケジュール

2026/04/09 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	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
Pilates Barre NORIKA.H	jump to burn Kotone.W	Hip & Leg Maho.F	Waist Konoka.k	Basic Maho.F		Back & Arm Kotone.W	Waist Himari.S	
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	
Waist Himari.S	Back & Arm Konoka.k	Basic Maho.F	Body Balance Maho.F	Back & Arm Konoka.k		jump to burn Kotone.W	Pre Basic Yuna	
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	
Pilates Workout Yuna	Hip & Leg Kotone.W	Waist Himari.S	Pre Basic Yuna	Pilates Cardio Maho.F		Waist Konoka.k	Pilates Cardio Yuna	
close	close	close	15:00 ~ 16:00 Back & Arm Konoka.k	16:30 ~ 17:30 Hip & Leg Konoka.k		close	close	close
			16:30 ~ 17:30 Pilates Cardio Maho.F					
			18:00 ~ 19:00 Stretch & Conditioning Yuna					
			18:00 ~ 19:00 Back & Spine Yuna	18:00 ~ 19:00 Basic Konoka.k				
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	close	close	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
Back & Arm Konoka.k	Hip & Leg Konoka.k	jump to burn Yuna			Back & Arm Konoka.k	Hip & Leg Konoka.k		
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
Pre Basic Yuna	Waist Himari.S	Back & Spine Yuna			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		
						21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
						Hip & Leg Konoka.k	Pilates Barre NORIKA.H	

pilatesK 西梅田店

【 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	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Back & Spine Yuna	Basic Konoka.k	Pilates Cardio Yuna	Waist Himari.S		jump to burn Kotone.W	Basic Konoka.k	Hip & Leg Maho.F
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00
Hip & Leg Maho.F	Waist Himari.S	Basic Yuna	jump to burn Yuna		Back & Arm Himari.S	Pilates Workout Yuna	Stretch & Conditioning Yuna
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:40
Stretch & Conditioning Yuna	Hip & Leg Konoka.k	Waist Himari.S	Pre Basic Yuna		Hip & Leg Kotone.W	Back & Arm Konoka.k	Pilates Cardio Yuna
close	close	15:00 ~ 16:00 Body Balance Maho.F	16:30 ~ 17:30 Back & Spine Yuna		15:00 ~ 16:00 Stretch & Conditioning Yuna	15:00 ~ 16:00 jump to burn Yuna	close
		16:30 ~ 17:30 Hip & Leg Maho.F					
		18:00 ~ 19:00 Pilates Workout Yuna					
		17:30 ~ 18:30 Back & Spine Yuna	17:30 ~ 18:30 Pre Basic Yuna				
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	close	close	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
Pilates Cardio Maho.F	Stretch & Conditioning Yuna					Back & Arm Himari.S	
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30					19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
Basic Konoka.k	Back & Spine Yuna					Pilates Barre NORIKA.H	
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00					21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
Body Balance Maho.F	Waist Himari.S					Waist Himari.S	Waist Himari.S

🟢：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 西梅田店

【 04/17 ~ 04/24 】 スケジュール

2026/04/09 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 Body Balance Maho.F	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Konoka.k	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre NORIKA.H	close	10:30 ~ 11:30 Pre Basic Yuna	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Maho.F	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Kotone.W	10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio Yuna	
12:00 ~ 13:00 Back & Spine Yuna	12:00 ~ 13:00 Body Balance Maho.F	12:30 ~ 13:30 Basic Konoka.k		12:00 ~ 13:00 Back & Arm Himari.S	12:00 ~ 13:00 Back & Spine Yuna	12:00 ~ 13:00 Basic Konoka.k	12:00 ~ 13:00 Waist Himari.S	
13:30 ~ 14:30 Pre Basic Yuna	13:30 ~ 14:30 Back & Arm Himari.S	14:30 ~ 15:30 Pilates Cardio Maho.F		13:30 ~ 14:30 jump to burn Yuna	13:30 ~ 14:30 Basic Konoka.k	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Kotone.W	13:30 ~ 14:30 Back & Arm Himari.S	
close	15:00 ~ 16:00 Hip & Leg Maho.F	16:30 ~ 17:30 Back & Arm Konoka.k		close	close	close	close	close
	16:30 ~ 17:30 Basic Konoka.k							
	18:00 ~ 19:00 Waist Himari.S							
	18:00 ~ 19:00 Waist Himari.S							
19:30 ~ 20:30 Back & Arm Himari.S	close	close		18:00 ~ 19:00 Basic Maho.F	18:00 ~ 19:00 Pilates Cardio Maho.F	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Konoka.k	18:00 ~ 19:00 jump to burn Yuna	
21:00 ~ 22:00 Basic Maho.F				19:30 ~ 20:30 Body Balance Maho.F	19:30 ~ 20:30 Waist Himari.S	19:30 ~ 20:30 Pilates Cardio Maho.F	19:30 ~ 20:30 Pre Basic Yuna	
close				21:00 ~ 22:00 Pilates Workout Yuna	21:00 ~ 22:00 Back & Arm Himari.S	21:00 ~ 22:00 Basic Konoka.k	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Konoka.k	
				close	close	close	close	

pilatesK 西梅田店

【 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 Body Balance Maho.F	10:30 ~ 11:30 Back & Spine Yuna	close	10:30 ~ 11:30 Waist Himari.S	10:30 ~ 11:30 jump to burn Yuna	10:30 ~ 11:30 Basic Konoka.k	
12:00 ~ 13:00 Back & Arm Himari.S	12:00 ~ 13:00 Waist Himari.S		12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Konoka.k	12:00 ~ 13:00 Basic Yuna	12:00 ~ 13:00 Waist Himari.S	
13:30 ~ 14:30 Pilates Cardio Maho.F	14:30 ~ 15:30 Stretch & Conditioning Yuna		13:30 ~ 14:30 Basic Konoka.k	13:30 ~ 14:30 Waist Himari.S	13:30 ~ 14:30 Back & Arm Konoka.k	
15:00 ~ 16:00 Waist Himari.S	16:30 ~ 17:30 Pilates Workout Yuna		close	close	15:00 ~ 16:00 Basic Naoko.O	close
16:30 ~ 17:30 Hip & Leg Konoka.k	close				16:30 ~ 17:30 Back & Arm Himari.S	
18:00 ~ 19:00 Basic Konoka.k					18:00 ~ 19:00 Back & Spine Yuna	
close					close	
			19:30 ~ 20:30 Back & Arm Himari.S	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Maho.F		
	21:00 ~ 22:00 Pilates Barre NORIKA.H		21:00 ~ 22:00 Pilates Cardio Maho.F			
	close		close	close		close

👉 : 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。