

pilatesK 心齋橋店

【 05/01 ~ 05/08 】 スケジュール

2026/05/01 更新

05/01	05/02	05/03	05/04	05/05	05/06	05/07	05/08		
金	土	日	月	火	水	木	金		
10:30 ~ 11:30 Basic Saaya.M	10:30 ~ 11:30 Shape up waist Kaco.F	10:30 ~ 11:30 Advance Azusa	close	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Saaya.M	10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning Kaco.F	close	10:30 ~ 11:30 Advance Azusa		
12:00 ~ 13:00 Pilates Barre chihiro.m	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Saaya.M	12:30 ~ 13:30 Basic Saaya.M		12:00 ~ 13:00 Pilates Barre chihiro.m	12:00 ~ 13:00 Pilates Cardio chihiro.m		12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Saaya.M		
13:30 ~ 14:30 Waist chihiro.m	13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning Kaco.F	14:30 ~ 15:30 Waist Azusa		13:30 ~ 14:30 Back & Spine Azusa	13:30 ~ 14:30 Advance Azusa		13:30 ~ 14:30 Basic Saaya.M		
close	15:00 ~ 16:00 Basic Saaya.M	16:30 ~ 17:30 Hip & Leg Saaya.M		15:00 ~ 16:00 Basic Saaya.M	15:00 ~ 16:00 Shape up waist Kaco.F		close		
	close	close		close	close				
	17:30 ~ 18:30 Body Balance Kaco.F			17:30 ~ 18:30 Waist Azusa	17:30 ~ 18:30 Back & Arm Azusa				
18:00 ~ 19:00 Shape up waist Kaco.F	close	close		close	close		close	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Azusa	18:00 ~ 19:00 Pilates Barre chihiro.m
19:30 ~ 20:30 Body Balance Kaco.F								19:30 ~ 20:30 Animal Stretch chihiro.m	19:30 ~ 20:30 Back & Spine Azusa
21:00 ~ 22:00 Basic Saaya.M								21:00 ~ 22:00 Basic Azusa	21:00 ~ 22:00 Waist chihiro.m

pilatesK 心齋橋店

【 05/09 ~ 05/16 】 スケジュール

05/09	05/10	05/11	05/12	05/13	05/14	05/15	05/16				
土	日	月	火	水	木	金	土				
10:30 ~ 11:30 Back & Arm chihiro.m	10:30 ~ 11:30 Animal Stretch chihiro.m	close	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Azusa	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Saaya.M	close	10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio michi	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre chihiro.m				
12:00 ~ 13:00 Pre Basic Kaco.F	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Kaco.F		12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning Kaco.F	12:30 ~ 13:30 Pre Basic Kaco.F		12:00 ~ 13:00 Back & Arm chihiro.m	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Saaya.M				
13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Saaya.M	14:30 ~ 15:30 Back & Arm chihiro.m		13:30 ~ 14:30 Pilates Barre Azusa	close		close	13:30 ~ 14:30 Body Balance michi	13:30 ~ 14:30 Animal Stretch chihiro.m			
15:00 ~ 16:00 Pilates Cardio chihiro.m	16:30 ~ 17:30 Pre Basic Kaco.F		18:00 ~ 19:00 Waist chihiro.m				18:00 ~ 19:00 Pilates Cardio chihiro.m	18:00 ~ 19:00 Stretch & Conditioning Kaco.F	18:00 ~ 19:00 Waist Azusa	15:00 ~ 16:00 Basic Saaya.M	
close	close		close	close		close	close	close	close		
										17:30 ~ 18:30 Body Balance Kaco.F	17:30 ~ 18:30 Back & Spine Azusa
										19:30 ~ 20:30 Body Balance Kaco.F	19:30 ~ 20:30 Back & Spine Azusa
21:00 ~ 22:00 Animal Stretch chihiro.m	21:00 ~ 22:00 Waist Azusa		21:00 ~ 22:00 Pre Basic Kaco.F	21:00 ~ 22:00 Back & Spine Azusa		21:00 ~ 22:00 Pre Basic Kaco.F	21:00 ~ 22:00 Back & Spine Azusa	21:00 ~ 22:00 Back & Spine Azusa			

- 🟢：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。

05/17	05/18	05/19	05/20	05/21	05/22	05/23	05/24						
日	月	火	水	木	金	土	日						
10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Saaya.M	close	10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio chihiro.m	10:30 ~ 11:30 Basic chihiro.m	close	10:30 ~ 11:30 Waist chihiro.m	10:30 ~ 11:30 Body Balance Kaco.F	10:30 ~ 11:30 Waist Azusa						
12:30 ~ 13:30 Advance Azusa		12:00 ~ 13:00 Pre Basic Kaco.F	12:30 ~ 13:30 Back & Arm Azusa		12:00 ~ 13:00 Pilates Barre chihiro.m	12:00 ~ 13:00 Basic Saaya.M	12:30 ~ 13:30 Body Balance Kaco.F						
14:30 ~ 15:30 Basic Saaya.M		13:30 ~ 14:30 Waist chihiro.m	close		close	13:30 ~ 14:30 Basic 未定	13:30 ~ 14:30 Shape up waist Kaco.F	14:30 ~ 15:30 Back & Spine Azusa					
16:30 ~ 17:30 Waist Azusa		close				close	close	close	15:00 ~ 16:00 Hip & Leg Saaya.M	16:30 ~ 17:30 Basic 未定			
close									close	close	close	close	17:30 ~ 18:30 Basic 未定
		18:00 ~ 19:00 Basic Saaya.M				18:00 ~ 19:00 Stretch & Conditioning Kaco.F	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Kaco.F	18:00 ~ 19:00 Body Balance Kaco.F					
		19:30 ~ 20:30 Shape up waist Kaco.F				19:30 ~ 20:30 Animal Stretch chihiro.m	19:30 ~ 20:30 Basic 未定	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Saaya.M					
		21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Saaya.M				21:00 ~ 22:00 Basic Saaya.M	21:00 ~ 22:00 Body Balance Kaco.F	21:00 ~ 22:00 Basic Saaya.M					

05/25	05/26	05/27	05/28	05/29	05/30	05/31							
月	火	水	木	金	土	日							
close	10:30 ~ 11:30 Pre Basic Kaco.F	close	close	10:30 ~ 11:30 Shape up waist Kaco.F	10:30 ~ 11:30 Back & Spine Azusa	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Azusa							
	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Saaya.M			12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Saaya.M	12:00 ~ 13:00 Back & Arm chihiro.m	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg Kaco.F							
	13:30 ~ 14:30 Body Balance Kaco.F			14:00 ~ 15:00 Hip & Leg Kaco.F	13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning Kaco.F	13:30 ~ 14:30 Basic 未定	14:30 ~ 15:30 Waist Azusa						
	15:00 ~ 16:00 Basic Saaya.M			15:30 ~ 16:30 Stretch & Conditioning Kaco.F	close	close	15:00 ~ 16:00 Animal Stretch chihiro.m	16:30 ~ 17:30 Body Balance Kaco.F					
	17:30 ~ 18:30 Pilates Cardio chihiro.m			close			close	close	17:30 ~ 18:30 Advance Azusa				
	close				close	close			close	close			
											18:00 ~ 19:00 Basic 未定	18:00 ~ 19:00 Pilates Barre chihiro.m	18:00 ~ 19:00 Back & Arm chihiro.m
											19:30 ~ 20:30 Waist chihiro.m	19:30 ~ 20:30 Back & Spine Azusa	19:30 ~ 20:30 Basic 未定
	close			close	close	close	21:00 ~ 22:00 Animal Stretch chihiro.m	21:00 ~ 22:00 Basic 未定	21:00 ~ 22:00 Pilates Cardio chihiro.m				

👉 : 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。