pilatesK　大津テラス

【 06/01 ～ 06/08 】 スケジュール

2026/05/13 更新

06/01	06/02	06/03	06/04	06/05	06/06	06/07	06/08
月	火	水	木	金	土	日	月
close	10:30 ～ 11:30 Release&Strength Kayan.C	10:30 ～ 11:30 Pilates Cardio Kayan.C	close	close	10:30 ～ 11:30 jump to burn Kana.S	10:30 ～ 11:30 Basic rinna.y	close
	12:00 ～ 13:00 Pilates Barre Kana.S	12:30 ～ 13:30 Back＆Arm Natsumi.F			12:00 ～ 13:00 Hip＆Leg 未定	12:30 ～ 13:30 Pilates Cardio Kayan.C	
	13:30 ～ 14:30 Pre Basic Kayan.C	close			13:30 ～ 14:30 Pilates Barre Kana.S	14:30 ～ 15:30 Release&Strength Kayan.C	
	close				15:00 ～ 16:00 Stretch＆Conditioning Natsumi.F	16:30 ～ 17:30 Basic rinna.y	
					close	close	
					17:30 ～ 18:30 Back＆Arm Natsumi.F		
	18:00 ～ 19:00 Basic rinna.y	18:00 ～ 19:00 Hip＆Leg 未定			close		
	19:30 ～ 20:30 Back＆Spine Kana.S	19:30 ～ 20:30 Basic rinna.y					
	21:00 ～ 22:00 Basic rinna.y	21:00 ～ 22:00 Basic rinna.y					

pilatesK　大津テラス

【 06/09 ～ 06/16 】 スケジュール

06/09	06/10	06/11	06/12	06/13	06/14	06/15	06/16
火	水	木	金	土	日	月	火
10:30 ～ 11:30 Pilates Cardio Kayan.C	10:30 ～ 11:30 Basic rinna.y	close	10:30 ～ 11:30 Hip＆Leg 未定	10:30 ～ 11:30 Basic rinna.y	10:30 ～ 11:30 Back＆Spine Kana.S	close	10:30 ～ 11:30 Basic rinna.y
12:00 ～ 13:00 Back＆Arm Natsumi.F	12:30 ～ 13:30 Waist Kana.S		12:00 ～ 13:00 Basic rinna.y	12:00 ～ 13:00 Shape up waist Natsumi.F	12:30 ～ 13:30 Basic rinna.y		12:00 ～ 13:00 Hip＆Leg 未定
13:30 ～ 14:30 Release&Strength Kayan.C	close		13:30 ～ 14:30 Back＆Arm Natsumi.F	13:30 ～ 14:30 Stretch＆Conditioning Natsumi.F	14:30 ～ 15:30 jump to burn Kana.S		13:30 ～ 14:30 Basic rinna.y
close			close	15:00 ～ 16:00 Hip＆Leg 未定	16:30 ～ 17:30 Basic rinna.y		close
				close	close		
				17:30 ～ 18:30 Basic rinna.y			
18:00 ～ 19:00 Basic rinna.y	18:00 ～ 19:00 Shape up waist Natsumi.F	18:00 ～ 19:00 jump to burn Kana.S	18:00 ～ 19:00 Hip＆Leg Risa.F	close			18:00 ～ 19:00 Shape up waist Natsumi.F
19:30 ～ 20:30 Shape up waist Natsumi.F	19:30 ～ 20:30 Back＆Spine Kana.S	19:30 ～ 20:30 Waist Kana.S	19:30 ～ 20:30 Basic rinna.y				19:30 ～ 20:30 Hip＆Leg Hazuki
21:00 ～ 22:00 Basic rinna.y	21:00 ～ 22:00 Back＆Arm Natsumi.F	21:00 ～ 22:00 Stretch＆Conditioning Natsumi.F	21:00 ～ 22:00 Pre Basic Risa.F				21:00 ～ 22:00 Back＆Arm Hazuki

：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　大津テラス　【　06/17　～　06/24　】　スケジュール　2026/05/13　更新

06/17	06/18	06/19	06/20	06/21	06/22	06/23	06/24
水	木	金	土	日	月	火	水
10:30 ～ 11:30 jump to burn Kana.S	close	10:30 ～ 11:30 Pilates Barre Kana.S	10:30 ～ 11:30 Hip＆Leg 未定	10:30 ～ 11:30 Basic rinna.y	close	10:30 ～ 11:30 Basic rinna.y	10:30 ～ 11:30 Waist Kana.S
12:00 ～ 13:00 Basic rinna.y		12:00 ～ 13:00 Waist Kana.S	12:00 ～ 13:00 Basic rinna.y	12:30 ～ 13:30 jump to burn Risa.F		12:00 ～ 13:00 Back＆Spine Kana.S	12:30 ～ 13:30 Pilates Barre Kana.S
close		13:30 ～ 14:30 Back＆Spine Kana.S	13:30 ～ 14:30 Shape up waist Natsumi.F	14:30 ～ 15:30 Pre Basic Risa.F		13:30 ～ 14:30 Basic rinna.y	close
		close	15:00 ～ 16:00 Basic rinna.y	16:30 ～ 17:30 Waist Risa.F		close	
			close	close			
			17:30 ～ 18:30 Basic rinna.y				
18:00 ～ 19:00 Back＆Spine Kana.S	18:00 ～ 19:00 Hip＆Leg 未定	18:00 ～ 19:00 Stretch＆Conditioning Natsumi.F	close			18:00 ～ 19:00 Back＆Arm 未定	18:00 ～ 19:00 Basic rinna.y
19:30 ～ 20:30 Basic rinna.y	19:30 ～ 20:30 Stretch＆Conditioning Natsumi.F	19:30 ～ 20:30 Shape up waist Natsumi.F				19:30 ～ 20:30 jump to burn Kana.S	19:30 ～ 20:30 Back＆Arm 未定
21:00 ～ 22:00 Waist Kana.S	21:00 ～ 22:00 Pilates Barre Kana.S	21:00 ～ 22:00 Hip＆Leg 未定				21:00 ～ 22:00 Back＆Arm 未定	21:00 ～ 22:00 Basic rinna.y

pilatesK　大津テラス　【　06/25　～　06/30　】　スケジュール

06/25	06/26	06/27	06/28	06/29	06/30
木	金	土	日	月	火
close	10:30 ～ 11:30 Shape up waist Natsumi.F	10:30 ～ 11:30 Basic rinna.y	10:30 ～ 11:30 jump to burn Kana.S	10:30 ～ 11:30 Waist Kana.S	10:30 ～ 11:30 Back＆Arm 未定
	12:00 ～ 13:00 Basic rinna.y	12:00 ～ 13:00 Hip＆Leg Hazuki	12:30 ～ 13:30 Back＆Arm 未定	12:30 ～ 13:30 Pilates Barre Kana.S	12:00 ～ 13:00 Basic rinna.y
	13:30 ～ 14:30 Basic rinna.y	13:30 ～ 14:30 Basic rinna.y	14:30 ～ 15:30 Waist Kana.S	close	13:30 ～ 14:30 Back＆Arm 未定
	close	15:00 ～ 16:00 Back＆Arm Hazuki	16:30 ～ 17:30 Back＆Spine Kana.S		close
		close	close		
		17:30 ～ 18:30 Hip＆Leg Hazuki			
18:00 ～ 19:00 Pilates Barre Risa.F	18:00 ～ 19:00 Back＆Arm 未定	close	close	18:00 ～ 19:00 Shape up waist Natsumi.F	18:00 ～ 19:00 Stretch＆Conditioning Natsumi.F
19:30 ～ 20:30 Back＆Arm 未定	19:30 ～ 20:30 Stretch＆Conditioning Natsumi.F			19:30 ～ 20:30 Back＆Arm 未定	19:30 ～ 20:30 Hip＆Leg 未定
21:00 ～ 22:00 Hip＆Leg Risa.F	21:00 ～ 22:00 Back＆Arm 未定			21:00 ～ 22:00 Stretch＆Conditioning Natsumi.F	21:00 ～ 22:00 Basic rinna.y

：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。