

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 Waist	10:30 ~ 11:30 Advance	close	close	10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning	10:30 ~ 11:30 Basic	close	
	未定	Azusa			Kaco.F	Saaya.M		
	12:00 ~ 13:00 Animal Stretch	12:30 ~ 13:30 Waist			12:00 ~ 13:00 Pilates Barre	12:30 ~ 13:30 Shape up waist		
	chihiro.m	未定			Azusa	Kaco.F		
	13:30 ~ 14:30 Waist	close			13:30 ~ 14:30 Body Balance	14:30 ~ 15:30 Hip & Leg		
	未定				Kaco.F	Saaya.M		
	close				15:00 ~ 16:00 Waist	16:30 ~ 17:30 Body Balance		close
					未定	Kaco.F		
					17:30 ~ 18:30 Back & Arm	close		
	Azusa							
18:00 ~ 19:00 Basic	18:00 ~ 19:00 Pilates Cardio							
Saaya.M	chihiro.m							
19:30 ~ 20:30 Back & Arm	19:30 ~ 20:30 Basic	close						
chihiro.m	Saaya.M							
21:00 ~ 22:00 Hip & Leg	21:00 ~ 22:00 Back & Arm							
Saaya.M	chihiro.m							

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 Pre Basic	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg	close	10:30 ~ 11:30 Shape up waist	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre	10:30 ~ 11:30 Back & Spine	close	10:30 ~ 11:30 Shape up waist
Kaco.F	Saaya.M		Kaco.F	Azusa	Azusa		Kaco.F
12:00 ~ 13:00 Basic	12:30 ~ 13:30 Body Balance		12:00 ~ 13:00 Pre Basic	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg	12:30 ~ 13:30 Animal Stretch		12:30 ~ 13:30 Back & Arm
Saaya.M	Kaco.F		Kaco.F	Saaya.M	chihiro.m		chihiro.m
13:30 ~ 14:30 Hip & Leg	close		13:30 ~ 14:30 Back & Arm	13:30 ~ 14:30 Waist	14:30 ~ 15:30 Advance		13:30 ~ 14:30 Pre Basic
Saaya.M			Azusa	未定	Azusa		Kaco.F
close			15:00 ~ 16:00 Basic	16:30 ~ 17:30 Back & Arm	close		
			Saaya.M	chihiro.m			
			17:30 ~ 18:30 Back & Spine	close			
Azusa							
18:00 ~ 19:00 Body Balance		18:00 ~ 19:00 Pilates Cardio	18:00 ~ 19:00 Pilates Barre		18:00 ~ 19:00 Waist		
Kaco.F		未定	chihiro.m		Azusa	未定	
19:30 ~ 20:30 Waist	19:30 ~ 20:30 Back & Arm	19:30 ~ 20:30 Basic	19:30 ~ 20:30 Waist	19:30 ~ 20:30 Pilates Cardio			
未定	Azusa	chihiro.m	未定	chihiro.m			
21:00 ~ 22:00 Pilates Barre	21:00 ~ 22:00 Animal Stretch	21:00 ~ 22:00 Waist	21:00 ~ 22:00 Back & Spine	21:00 ~ 22:00 Waist			
chihiro.m	chihiro.m	未定	Azusa	未定			

🟢：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 心齋橋店

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

pilatesK 心齋橋店

【 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	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30
	Body Balance	Animal Stretch	Advance		Basic
	Kaco.F	chihiro.m	Azusa		Saaya.M
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00
	Shape up waist	Basic	Back & Arm		Pilates Barre
	Kaco.F	Saaya.M	chihiro.m		chihiro.m
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30
	Waist	Back & Arm	Waist		Pilates Cardio
	未定	chihiro.m	未定		chihiro.m
	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close
Waist		Back & Spine			
未定		Azusa			
close	17:30 ~ 18:30	close			
	Basic				
Saaya.M	close				
18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		
Back & Arm		Waist	Hip & Leg		
Azusa		未定	Azusa		
19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
Waist	Animal Stretch	close	Advance		
未定	chihiro.m	close	Azusa		
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		
Pilates Barre	Basic		Body Balance		
Azusa	chihiro.m	Kaco.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。