

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

・休館可能レッスン

・クラスの個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週間前までお問い合わせしております。

・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 心斎橋店

【 06/17 ~ 06/24 】 スケジュール

2026/06/10 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	Waist	Animal Stretch	Waist					
Kaco.F		Azusa	Azusa	Azusa	Azusa	chihiro.m	Airi.S					
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		Waist	Waist	Body Balance	Basic	Stretch & Conditioning	Pilates Cardio					
chihiro.m		Airi.S	Airi.S	Kaco.F	Saaya.M	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	Pilates Barre	Back & Arm	close					
		Azusa	Kaco.F	Azusa	Azusa	chihiro.m						
		15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	close	close	close		close				
	Stretch & Conditioning	Pre Basic										
	Kaco.F	Kaco.F										
	17:30 ~ 18:30	Waist										
	Airi.S											
	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	close				19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
Waist	Animal Stretch	Hip & Leg					Hip & Leg			Basic	Hip & Leg	
Airi.S	chihiro.m	Saaya.M		Saaya.M	Saaya.M	Saaya.M						
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		close	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 心斎橋店

【 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	Back & Arm	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	Animal Stretch	Waist		Pilates Cardio		
	Airi.S	chihiro.m	Airi.S		chihiro.m		
	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	close		close	close	
Waist	Back & Spine						
Airi.S	Azusa						
17:30 ~ 18:30	close						
Basic							
Saaya.M							
18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		close			18:00 ~ 19:00
Back & Arm		Basic					Hip & Leg
Azusa		chihiro.m					Azusa
19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30					close
Waist		Animal Stretch	Advance				
Airi.S		chihiro.m	Azusa				
21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	close		21:00 ~ 22:00		
Pilates Barre	Waist	Body Balance					
Azusa	Airi.S	Kaco.F					

・休職可能レッスン
 ・クラスの個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サイトまでご確認ください。
 ・ご予約されたレッスンをキャンセルされる場合は、1週間前までにお申し込みをお願いします。
 ・レッスン開始時間1週間前まで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に1回に制限されます。