

06/01 月	06/02 火	06/03 水	06/04 木	06/05 金	06/06 土	06/07 日	06/08 月
close	10:30 ~ 11:30 Reset Flow Yuna	10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio Yuna	10:30 ~ 11:30 Back&Arm Himari.S	10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning nono.K	10:30 ~ 11:30 jump to burn MIYU.S	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Konoka.k	close
	12:00 ~ 13:00 Waist Himari.S	12:00 ~ 13:00 Pre Basic Yuna	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Konoka.k	12:00 ~ 13:00 jump to burn Yuna	12:00 ~ 13:00 Basic Konoka.k	12:30 ~ 13:30 Pilates Barre nono.K	
	13:30 ~ 14:30 Pilates Workout Yuna	13:30 ~ 14:30 Back & Arm Himari.S	13:30 ~ 14:30 Waist Himari.S	13:30 ~ 14:30 Pilates Barre nono.K	13:30 ~ 14:30 Shape up waist nono.K	14:30 ~ 15:30 Basic Konoka.k	
	15:00 ~ 16:00 Stretch & Conditioning MIYU.S				15:00 ~ 16:00 Stretch & Conditioning MIYU.S	16:30 ~ 17:30 Shape up waist nono.K	
	16:30 ~ 17:30 Back & Arm Konoka.k				16:30 ~ 17:30 Back & Arm Konoka.k		
	18:00 ~ 19:00 Shape up waist nono.K	18:00 ~ 19:00 Basic Konoka.k	18:00 ~ 19:00 Pilates Cardio Yuna	18:00 ~ 19:00 Waist Himari.S	18:00 ~ 19:00 Pilates Barre nono.K		
	19:30 ~ 20:30 Back & Arm Himari.S	19:30 ~ 20:30 Pilates Barre nono.K	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Konoka.k	19:30 ~ 20:30 Reset Flow Yuna			
	21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning nono.K	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Konoka.k	21:00 ~ 22:00 Pre Basic Yuna	21:00 ~ 22:00 Back & Arm Himari.S			

06/09 火	06/10 水	06/11 木	06/12 金	06/13 土	06/14 日	06/15 月	06/16 火
10:30 ~ 11:30 jump to burn MIYU.S	10:30 ~ 11:30 Basic Konoka.k	10:30 ~ 11:30 Pre Basic Yuna	10:30 ~ 11:30 Shape up waist nono.K	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Konoka.k	10:30 ~ 11:30 Pilates Workout Yuna	close	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg MIYU.S
12:00 ~ 13:00 Pilates Barre nono.K	12:00 ~ 13:00 Pilates Workout Yuna	12:00 ~ 13:00 Waist nono.K	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg MIYU.S	12:00 ~ 13:00 Shape up waist nono.K	12:30 ~ 13:30 Back & Arm Himari.S		12:00 ~ 13:00 Pilates Cardio Yuna
13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning MIYU.S	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Konoka.k	13:30 ~ 14:30 Pilates Cardio Yuna	13:30 ~ 14:30 Basic nono.K	13:30 ~ 14:30 Pilates Cardio Yuna	14:30 ~ 15:30 Pre Basic Yuna		13:30 ~ 14:30 Reset Flow Yuna
15:00 ~ 16:00 Pilates Barre nono.K				15:00 ~ 16:00 Pilates Barre nono.K	16:30 ~ 17:30 Waist Himari.S		
16:30 ~ 17:30 Hip & Leg Konoka.k				16:30 ~ 17:30 Hip & Leg Konoka.k			
18:00 ~ 19:00 Waist Himari.S	18:00 ~ 19:00 Pilates Barre nono.K	18:00 ~ 19:00 Back & Arm Himari.S	18:00 ~ 19:00 Basic Yuna	18:00 ~ 19:00 Reset Flow Yuna			18:00 ~ 19:00 Back & Arm Himari.S
19:30 ~ 20:30 Pilates Workout Yuna	19:30 ~ 20:30 Back & Arm Himari.S	19:30 ~ 20:30 Shape up waist nono.K	19:30 ~ 20:30 Waist Himari.S				19:30 ~ 20:30 jump to burn MIYU.S
21:00 ~ 22:00 Reset Flow Yuna	21:00 ~ 22:00 Shape up waist nono.K	21:00 ~ 22:00 Waist Himari.S	21:00 ~ 22:00 Pilates Cardio Yuna				21:00 ~ 22:00 Waist Himari.S

・体験可能レッスン
 ・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 西梅田店

【 06/17 ~ 06/24 】 スケジュール

2026/05/23 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 Waist Konoka.k	10:30 ~ 11:30 Back&Arm Himari.S	10:30 ~ 11:30 Hip&Leg MIYU.S	10:30 ~ 11:30 Stretch&Conditioning MIYU.S	10:30 ~ 11:30 Waist Himari.S	close	10:30 ~ 11:30 Basic Konoka.k	10:30 ~ 11:30 Pilates Workout Yuna	
12:00 ~ 13:00 Back&Arm Himari.S	12:00 ~ 13:00 Hip&Leg MIYU.S	12:00 ~ 13:00 Basic Konoka.k	12:00 ~ 13:00 Pre Basic Yuna	12:30 ~ 13:30 Pilates Cardio Yuna		12:00 ~ 13:00 Back&Arm Himari.S	12:00 ~ 13:00 Stretch&Conditioning Yuna	
13:30 ~ 14:30 Basic Konoka.k	13:30 ~ 14:30 Waist Himari.S	13:30 ~ 14:30 jump to burn MIYU.S	13:30 ~ 14:30 Hip&Leg Konoka.k	14:30 ~ 15:30 Back&Arm Himari.S		13:30 ~ 14:30 Hip&Leg Konoka.k	13:30 ~ 14:30 Back&Arm Konoka.k	
close	close	close	15:00 ~ 16:00 Pilates Workout Yuna	16:30 ~ 17:30 Reset Flow Yuna		close	close	close
			16:30 ~ 17:30 jump to burn MIYU.S					
			18:00 ~ 19:00 Back&Arm Konoka.k					
			18:00 ~ 19:00 Stretch&Conditioning MIYU.S					
19:30 ~ 20:30 Waist Himari.S	19:30 ~ 20:30 Hip&Leg Konoka.k	19:30 ~ 20:30 Pilates Cardio Yuna	close	close		18:00 ~ 19:00 Basic Naoko.O	18:00 ~ 19:00 Waist Himari.S	
21:00 ~ 22:00 jump to burn MIYU.S	21:00 ~ 22:00 Back&Arm Konoka.k	21:00 ~ 22:00 Basic Konoka.k				19:30 ~ 20:30 Back&Arm Himari.S	19:30 ~ 20:30 Pre Basic Yuna	
21:00 ~ 22:00 Shape up waist Naoko.O	21:00 ~ 22:00 Back&Arm Himari.S							

pilatesK 西梅田店

【 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	
10:30 ~ 11:30 Waist Konoka.k	10:30 ~ 11:30 Back&Arm Himari.S	10:30 ~ 11:30 Reset Flow Yuna	10:30 ~ 11:30 Hip&Leg Konoka.k	close	10:30 ~ 11:30 Back&Arm 未定	
12:00 ~ 13:00 Reset Flow Yuna	12:00 ~ 13:00 Waist Konoka.k	12:00 ~ 13:00 Waist Himari.S	12:30 ~ 13:30 Back&Arm 未定		12:00 ~ 13:00 Hip&Leg Konoka.k	
13:30 ~ 14:30 Hip&Leg Konoka.k	13:30 ~ 14:30 Basic Konoka.k	13:30 ~ 14:30 Back&Arm 未定	14:30 ~ 15:30 Waist Himari.S		13:30 ~ 14:30 Basic Konoka.k	
close	close	15:00 ~ 16:00 Stretch&Conditioning Yuna	16:30 ~ 17:30 Basic Konoka.k		close	close
		16:30 ~ 17:30 Waist Himari.S				
		18:00 ~ 19:00 Pilates Cardio Yuna				
		18:00 ~ 19:00 Pilates Workout Yuna				
19:30 ~ 20:30 Basic Konoka.k	19:30 ~ 20:30 Reset Flow Yuna	close	close		18:00 ~ 19:00 jump to burn Yuna	
21:00 ~ 22:00 jump to burn Yuna	21:00 ~ 22:00 Waist Himari.S				19:30 ~ 20:30 Waist Himari.S	
21:00 ~ 22:00 Back&Arm Himari.S	21:00 ~ 22:00 Back&Arm Himari.S				21:00 ~ 22:00 Back&Arm Himari.S	

・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しております。
 ・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。