

【 07/01 ~ 07/08 】 スケジュール

2020/06/19 更新

pilatesK 八尾店		【 07/01 ~ 07/08 】 スケジュール							
07/01	07/02	07/03	07/04	07/05	07/06	07/07	07/08		
水	木	金	土	日	月	火	水		
10:30 ~ 11:30 Basic haru.T	close	10:30 ~ 11:30 jump to burn Karin.N	10:30 ~ 11:30 Hip Punch haru.T	10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio haru.T	close	10:30 ~ 11:30 Back & Arm tsubaki.y	10:30 ~ 11:30 Release & Strength Seina.K		
12:00 ~ 13:00 Back & Arm tsubaki.y		12:00 ~ 13:00 Basic Seina.K	12:00 ~ 13:00 Release & Strength Seina.K	12:30 ~ 13:30 Waist Natsumi.C		12:00 ~ 13:00 Pilates Workout michi	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Seina.K		
13:30 ~ 14:30 Hip Punch haru.T		13:30 ~ 14:30 Back & Arm tsubaki.y	13:30 ~ 14:30 Waist Natsumi.C	13:40 ~ 14:10 お話し見学会 haru.T		13:30 ~ 14:30 Basic Seina.K	13:30 ~ 14:30 Back & Arm tsubaki.y		
close		close	close	15:00 ~ 16:00 Basic Seina.K		14:30 ~ 15:30 Back & Arm tsubaki.y	close	close	close
				16:30 ~ 17:30 Back & Arm tsubaki.y		16:30 ~ 17:30 Basic haru.T			
				18:00 ~ 19:00 Body Balance haru.T					
18:00 ~ 19:00 jump to burn Haruna.y		18:00 ~ 19:00 Waist Hikari.J	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Hikari.J				18:00 ~ 19:00 Pilates Cardio haru.T	18:00 ~ 19:00 Pre Basic Haruna.y	
19:30 ~ 20:30 Waist Natsumi.C		19:30 ~ 20:30 Pilates Workout michi	19:30 ~ 20:30 Pre Basic Haruna.y				19:30 ~ 20:30 Waist Natsumi.C	19:30 ~ 20:30 Hip Punch haru.T	
21:00 ~ 22:00 Release & Strength Seina.K	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Hikari.J	21:00 ~ 22:00 Waist Hikari.J			21:00 ~ 22:00 Body Balance haru.T	21:00 ~ 22:00 Waist Natsumi.C			

【 07/09 ~ 07/16 】 スケジュール

pilatesK 八尾店		【 07/09 ~ 07/16 】 スケジュール							
07/09	07/10	07/11	07/12	07/13	07/14	07/15	07/16		
木	金	土	日	月	火	水	木		
close	10:30 ~ 11:30 Back & Arm tsubaki.y	10:30 ~ 11:30 Body Balance haru.T	10:30 ~ 11:30 Pilates Workout michi	10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio haru.T	10:30 ~ 11:30 Hip Punch haru.T	10:30 ~ 11:30 Pre Basic Haruna.y	close		
	12:00 ~ 13:00 Pre Basic Haruna.y	12:00 ~ 13:00 Waist Natsumi.C	11:40 ~ 12:10 お話し見学会 Haruna.y	12:00 ~ 13:00 Waist Natsumi.C	12:00 ~ 13:00 Body Balance haru.T	12:00 ~ 13:00 Back & Arm tsubaki.y			
	13:30 ~ 14:30 Back & Spine Haruna.y	13:30 ~ 14:30 Pilates Cardio haru.T	12:30 ~ 13:30 Back & Spine Haruna.y	13:30 ~ 14:30 Hip Punch haru.T	13:30 ~ 14:30 Waist Natsumi.C	13:30 ~ 14:30 Pilates Cardio Haruna.y			
	close	close	15:00 ~ 16:00 Hip & Leg Hikari.J	14:30 ~ 15:30 Pre Basic michi	close	close		close	
			16:30 ~ 17:30 Basic haru.T	16:30 ~ 17:30 jump to burn Haruna.y					
			18:00 ~ 19:00 Beauty Conditioning Hikari.J						
	18:00 ~ 19:00 Back & Arm tsubaki.y	18:00 ~ 19:00 Beauty Conditioning Hikari.J			18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Seina.K	18:00 ~ 19:00 Release & Strength Seina.K		18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Hikari.J	18:00 ~ 19:00 Waist Natsumi.C
	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Seina.K	19:30 ~ 20:30 Basic Seina.K			19:30 ~ 20:30 Back & Arm tsubaki.y	19:30 ~ 20:30 Pre Basic Karin.N		19:30 ~ 20:30 Shape up waist haru.T	19:30 ~ 20:30 Release & Strength Seina.K
	21:00 ~ 22:00 Basic Seina.K	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Hikari.J			21:00 ~ 22:00 Basic Seina.K	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Hikari.J		21:00 ~ 22:00 Beauty Conditioning Hikari.J	21:00 ~ 22:00 Back & Arm tsubaki.y

・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ください。
 ・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 八尾店		【 07/17 ~ 07/24 】 スケジュール					2026/06/13 更新	
07/17	07/18	07/19	07/20	07/21	07/22	07/23	07/24	
金	土	日	月	火	水	木	金	
10:30 ~ 11:30 Pilates Workout michi	10:30 ~ 11:30 Shape up waist haru.T	10:30 ~ 11:30 Release&Strength Seina.K	10:30 ~ 11:30 Shape up waist Haruna.y	10:30 ~ 11:30 Basic Seina.K	10:30 ~ 11:30 Hip Punch haru.T	close	10:30 ~ 11:30 Release&Strength Seina.K	
12:00 ~ 13:00 Back&Arm tsubaki.y	12:00 ~ 13:00 Release&Strength Seina.K	12:30 ~ 13:30 Pre Basic Haruna.y	12:00 ~ 13:00 Hip&Leg Seina.K	12:00 ~ 13:00 Shape up waist haru.T	12:00 ~ 13:00 Release&Strength Seina.K		12:00 ~ 13:00 Back&Spine Haruna.y	
13:30 ~ 14:30 Pre Basic michi	13:30 ~ 14:30 Hip Punch haru.T	13:40 ~ 14:10 お試し見学会 Haruna.y	13:30 ~ 14:30 jump to burn Haruna.y	13:30 ~ 14:30 Hip&Leg Seina.K	13:30 ~ 14:30 Basic haru.T		13:30 ~ 14:30 Hip&Leg Seina.K	
close	15:00 ~ 16:00 Waist Natsumi.C	14:30 ~ 15:30 Hip&Leg Seina.K	15:00 ~ 16:00 Waist Natsumi.C	close	close		close	
	16:30 ~ 17:30 Pilates Cardio haru.T	16:30 ~ 17:30 Body Balance Haruna.y	16:30 ~ 17:30 Back&Spine Haruna.y					
	18:00 ~ 19:00 Hip&Leg Seina.K		18:00 ~ 19:00 Basic Seina.K					
	18:00 ~ 19:00 Hip Punch haru.T							
19:30 ~ 20:30 Waist Natsumi.C				19:30 ~ 20:30 Back&Arm haru.T	19:30 ~ 20:30 jump to burn Haruna.y		19:30 ~ 20:30 Hip Punch haru.T	19:30 ~ 20:30 Basic haru.T
21:00 ~ 22:00 Body Balance haru.T				21:00 ~ 22:00 Waist Natsumi.C	21:00 ~ 22:00 Back&Arm Haruna.y		21:00 ~ 22:00 Back&Spine Haruna.y	21:00 ~ 22:00 Pilates Cardio Haruna.y

pilatesK 八尾店		【 07/25 ~ 07/31 】 スケジュール					
07/25	07/26	07/27	07/28	07/29	07/30	07/31	
土	日	月	火	水	木	金	
10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio Karin	10:30 ~ 11:30 Basic Maho.T	10:30 ~ 11:30 Hip&Leg haru.T	10:30 ~ 11:30 Pre Basic Haruna.y	10:30 ~ 11:30 Shape up waist haru.T	close	10:30 ~ 11:30 Hip Punch haru.T	
12:00 ~ 13:00 Basic Seina.K	11:40 ~ 12:10 お試し見学会 Haruna.y	12:00 ~ 13:00 Waist Natsumi.C	12:00 ~ 13:00 Back&Spine Haruna.y	12:00 ~ 13:00 Basic Seina.K		12:00 ~ 13:00 Back&Arm haru.T	
13:30 ~ 14:30 Back&Spine Karin	12:30 ~ 13:30 Shape up waist Haruna.y	13:30 ~ 14:30 Pilates Cardio haru.T	13:30 ~ 14:30 Waist Natsumi.C	13:30 ~ 14:30 Hip Punch haru.T		13:30 ~ 14:30 Basic Seina.K	
15:00 ~ 16:00 Hip&Leg Seina.K	14:30 ~ 15:30 jump to burn Maho.T	close	close	close		close	
16:30 ~ 17:30 Waist Natsumi.C	16:30 ~ 17:30 Back&Spine Haruna.y						
18:00 ~ 19:00 Release&Strength Seina.K							
		18:00 ~ 19:00 Pre Basic Haruna.y	18:00 ~ 19:00 Release&Strength Seina.K	18:00 ~ 19:00 Hip&Leg Seina.K		18:00 ~ 19:00 Back&Arm haru.T	18:00 ~ 19:00 Back&Spine Haruna.y
		19:30 ~ 20:30 Waist Natsumi.C	19:30 ~ 20:30 Hip&Leg Seina.K	19:30 ~ 20:30 Waist Natsumi.C		19:30 ~ 20:30 Pilates Cardio haru.T	19:30 ~ 20:30 Beauty Conditioning Hikari.J
		21:00 ~ 22:00 Back&Spine Haruna.y	21:00 ~ 22:00 Shape up waist Haruna.y	21:00 ~ 22:00 Release&Strength Seina.K		21:00 ~ 22:00 Beauty Conditioning Hikari.J	21:00 ~ 22:00 Hip&Leg Hikari.J

・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週間前迄にお願しております。
 ・レッスンの開始時刻1週間前迄のキャンセルは無料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。