

pilatesK 心斎橋店 【 07/01 ~ 07/08 】 スケジュール

2020/06/14 更新

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 Back&Arm Yuzuha.T	close	10:30 ~ 11:30 Waist mao.h	10:30 ~ 11:30 Basic mao.h	10:30 ~ 11:30 Waist mao.h	close	10:30 ~ 11:30 Beauty Conditioning Kaco.F	10:30 ~ 11:30 Pre Basic Kaco.F	
12:30 ~ 13:30 Basic mao.h		12:00 ~ 13:00 Power up Control Kaco.F	12:00 ~ 13:00 Back&Spine Azusa	12:30 ~ 13:30 Pilates Workout Azusa		12:00 ~ 13:00 Back&Arm Azusa	12:30 ~ 13:30 Back&Spine Azusa	
close		13:30 ~ 14:30 Basic mao.h	13:30 ~ 14:30 Waist mao.h	14:30 ~ 15:30 Basic mao.h		13:30 ~ 14:30 Shape up waist Kaco.F	close	
		close	15:00 ~ 16:00 Power up Control Kaco.F	16:30 ~ 17:30 Back&Spine Azusa		close		
			17:30 ~ 18:30 Hip&Leg Azusa	close				
18:00 ~ 19:00 Beauty Conditioning Kaco.F		18:00 ~ 19:00 Pilates Workout Azusa	18:00 ~ 19:00 Back&Arm Azusa			close	18:00 ~ 19:00 Waist mao.h	18:00 ~ 19:00 Basic mao.h
19:30 ~ 20:30 Basic mao.h		19:30 ~ 20:30 Hip&Leg Saaya.M	19:30 ~ 20:30 Pilates Barre Azusa	19:30 ~ 20:30 Back&Spine Azusa			19:30 ~ 20:30 Body Balance Kaco.F	
21:00 ~ 22:00 Body Balance Kaco.F		21:00 ~ 22:00 Back&Spine Azusa	21:00 ~ 22:00 Hip&Leg Saaya.M	close			21:00 ~ 22:00 Basic mao.h	21:00 ~ 22:00 Waist mao.h

pilatesK 心斎橋店 【 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 Hip&Leg Saaya.M	10:30 ~ 11:30 Shape up waist Karin.N	10:30 ~ 11:30 Back&Arm Azusa	close	10:30 ~ 11:30 Back&Spine Azusa	10:30 ~ 11:30 Hip&Leg Saaya.M	close	
	12:00 ~ 13:00 Basic Saaya.M	12:00 ~ 13:00 Waist mao.h	12:30 ~ 13:30 Basic Saaya.M		12:00 ~ 13:00 Basic Saaya.M	12:30 ~ 13:30 Pilates Workout Azusa		
	13:30 ~ 14:30 Pilates Barre Azusa	13:30 ~ 14:30 Pilates Workout Azusa	14:30 ~ 15:30 Pilates Barre Azusa		13:30 ~ 14:30 Back&Arm Azusa	close		
	close	15:00 ~ 16:00 Pre Basic Karin.N	16:30 ~ 17:30 Hip&Leg Saaya.M		close			
		17:30 ~ 18:30 Back&Spine Azusa						
	18:00 ~ 19:00 Waist mao.h	18:00 ~ 19:00 Pre Basic Mako.K	close		18:00 ~ 19:00 Power up Control Kaco.F	18:00 ~ 19:00 Waist mao.h		18:00 ~ 19:00 Beauty Conditioning Kaco.F
	19:30 ~ 20:30 Basic mao.h	19:30 ~ 20:30 Pilates Workout Azusa			19:30 ~ 20:30 Hip&Leg Saaya.M	19:30 ~ 20:30 Power up Control Kaco.F		19:30 ~ 20:30 Waist mao.h
	21:00 ~ 22:00 Pilates Barre Azusa	21:00 ~ 22:00 Back&Arm Mako.K			21:00 ~ 22:00 Beauty Conditioning Kaco.F	21:00 ~ 22:00 Basic mao.h		21:00 ~ 22:00 Body Balance Kaco.F

・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 心斎橋店

【 07/17 ~ 07/24 】 スケジュール

2026/06/14 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 Basic Saaya.M	10:30 ~ 11:30 Hip&Leg Saaya.M	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre Azusa	close	10:30 ~ 11:30 Basic mao.h	10:30 ~ 11:30 Waist mao.h	close	10:30 ~ 11:30 Waist mao.h	
12:00 ~ 13:00 Back&Spine Azusa	12:00 ~ 13:00 Power up Control Kaco.F	12:30 ~ 13:30 Pre Basic Kaco.F		12:00 ~ 13:00 Body Balance Kaco.F	12:30 ~ 13:30 Power up Control Kaco.F		12:00 ~ 13:00 Beauty Conditioning Kaco.F	
13:30 ~ 14:30 Hip&Leg Saaya.M	13:30 ~ 14:30 Basic Saaya.M	14:30 ~ 15:30 Back&Arm Azusa		13:30 ~ 14:30 Waist mao.h			13:30 ~ 14:30 Basic mao.h	
18:00 ~ 19:00 Shape up waist Kaco.F				18:00 ~ 19:00 Basic Saaya.M	18:00 ~ 19:00 Back&Arm Yuzuha.T		18:00 ~ 19:00 Hip&Leg Saaya.M	18:00 ~ 19:00 Pilates Barre Azusa
19:30 ~ 20:30 Back&Arm Azusa				19:30 ~ 20:30 Shape up waist Kaco.F	19:30 ~ 20:30 Basic mao.h		19:30 ~ 20:30 Pilates Workout Azusa	19:30 ~ 20:30 Hip&Leg Saaya.M
21:00 ~ 22:00 Pre Basic Kaco.F				21:00 ~ 22:00 Hip&Leg Saaya.M	21:00 ~ 22:00 Back&Spine Yuzuha.T		21:00 ~ 22:00 Basic Saaya.M	21:00 ~ 22:00 Back&Arm Azusa

pilatesK 心斎橋店

【 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 Pre Basic Kaco.F	10:30 ~ 11:30 Beauty Conditioning Kaco.F	close	10:30 ~ 11:30 Back&Arm Azusa	10:30 ~ 11:30 Body Balance Kaco.F	close	10:30 ~ 11:30 Basic Saaya.M		
12:00 ~ 13:00 Back&Arm Kyoka.K	12:30 ~ 13:30 Basic mao.h		12:00 ~ 13:00 Basic mao.h	12:30 ~ 13:30 Pre Basic Kaco.F		12:00 ~ 13:00 Hip&Leg Saaya.M		
13:30 ~ 14:30 Body Balance Kaco.F	14:30 ~ 15:30 Power up Control Kaco.F		13:30 ~ 14:30 Pilates Workout Azusa			13:30 ~ 14:30 Beauty Conditioning Kaco.F		
17:30 ~ 18:30 Waist mao.h				18:00 ~ 19:00 Body Balance Kaco.F		18:00 ~ 19:00 Hip&Leg Saaya.M	18:00 ~ 19:00 Basic Saaya.M	18:00 ~ 19:00 Back&Arm Azusa
				19:30 ~ 20:30 Beauty Conditioning Kaco.F		19:30 ~ 20:30 Waist mao.h	19:30 ~ 20:30 Body Balance Kaco.F	19:30 ~ 20:30 Pilates Barre Azusa
				21:00 ~ 22:00 Waist mao.h		21:00 ~ 22:00 Basic Saaya.M	21:00 ~ 22:00 Hip&Leg Saaya.M	21:00 ~ 22:00 Shape up waist 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週間前までにお願ひしております。
 ・レッスン開始時間1時間前まで全てのキャンセルは無料となります。
 ※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。