

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 rinna.y	close	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Mei.I	10:30 ~ 11:30 Beauty Conditioning Natsumi.F	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Mei.I	close	10:30 ~ 11:30 Basic rinna.y	10:30 ~ 11:30 Pre Basic Risa.F
12:30 ~ 13:30 Waist Kana.S		12:00 ~ 13:00 Basic rinna.y	12:00 ~ 13:00 Back & Arm Mei.I	12:30 ~ 13:30 Pilates Workout Natsumi.F		12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Natsumi.F	12:30 ~ 13:30 Shape up waist Natsumi.F
close		13:30 ~ 14:30 Back & Arm Mei.I	13:30 ~ 14:30 Basic rinna.y	14:30 ~ 15:30 Waist Kana.S		13:30 ~ 14:30 Basic rinna.y	close
		close	15:00 ~ 16:00 Hip & Leg Natsumi.F	16:30 ~ 17:30 Basic Natsumi.F		close	
			17:30 ~ 18:30 Basic rinna.y	close			
			18:00 ~ 19:00 Beauty Conditioning Natsumi.F				
19:30 ~ 20:30 Back & Arm Mei.I		19:30 ~ 20:30 Body Balance Kana.S	19:30 ~ 20:30 Basic rinna.y	close		19:30 ~ 20:30 Beauty Conditioning Natsumi.F	19:30 ~ 20:30 jump to burn Kana.S
21:00 ~ 22:00 Shape up waist Natsumi.F		21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Natsumi.F	21:00 ~ 22:00 jump to burn Kana.S			21:00 ~ 22:00 Back & Arm Mei.I	21:00 ~ 22:00 Back & Arm Mei.I

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 Pilates Workout Natsumi.F	10:30 ~ 11:30 Basic rinna.y	10:30 ~ 11:30 Waist Kana.S	close	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Mei.I	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Natsumi.F	close	
	12:00 ~ 13:00 Back & Arm Mei.I	12:00 ~ 13:00 Beauty Conditioning Natsumi.F	12:30 ~ 13:30 Basic rinna.y		12:00 ~ 13:00 Basic Natsumi.F	12:30 ~ 13:30 Back & Arm Mei.I		
	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Natsumi.F	13:30 ~ 14:30 Shape up waist Natsumi.F	14:30 ~ 15:30 Body Balance Kana.S		13:30 ~ 14:30 Back & Arm Mei.I	close		
	close	15:00 ~ 16:00 Basic rinna.y	16:30 ~ 17:30 Basic rinna.y		close			
		17:30 ~ 18:30 Basic rinna.y	close					
		18:00 ~ 19:00 Back & Arm Mei.I						18:00 ~ 19:00 Pre Basic Risa.F
	19:30 ~ 20:30 Back & Spine Kana.S	19:30 ~ 20:30 Waist Kana.S	close		19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Natsumi.F	19:30 ~ 20:30 Basic Kana.S		19:30 ~ 20:30 jump to burn Kana.S
	21:00 ~ 22:00 Pilates Barre Kana.S	21:00 ~ 22:00 Basic rinna.y			21:00 ~ 22:00 Body Balance Risa.F	21:00 ~ 22:00 Back & Arm Mei.I		21:00 ~ 22:00 Basic rinna.y

👉：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 大津テラス

【 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 Back & Arm Mei.I	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Mei.I	10:30 ~ 11:30 Body Balance Kana.S	close	10:30 ~ 11:30 Basic rinna.y	10:30 ~ 11:30 Shape up waist Natsumi.F	close	10:30 ~ 11:30 jump to burn Kana.S					
12:00 ~ 13:00 Pilates Barre Kana.S	12:00 ~ 13:00 Basic rinna.y	12:30 ~ 13:30 Back & Arm Mei.I		12:00 ~ 13:00 Beauty Conditioning Natsumi.F	12:30 ~ 13:30 Basic rinna.y		12:00 ~ 13:00 Basic rinna.y					
13:30 ~ 14:30 Back & Arm Mei.I	13:30 ~ 14:30 Waist rinna.y	14:30 ~ 15:30 jump to burn Kana.S		13:30 ~ 14:30 Waist rinna.y	close		13:30 ~ 14:30 Body Balance Kana.S					
close	15:00 ~ 16:00 Hip & Leg Risa.F	16:30 ~ 17:30 Waist rinna.y		close			close	close				
	close	close										
	17:30 ~ 18:30 Pre Basic Risa.F											
18:00 ~ 19:00 Body Balance Kana.S	close			18:00 ~ 19:00 Back & Arm Mei.I					18:00 ~ 19:00 Back & Spine Kana.S	18:00 ~ 19:00 Pre Basic Risa.F	18:00 ~ 19:00 Pilates Workout Natsumi.F	
19:30 ~ 20:30 Basic rinna.y				19:30 ~ 20:30 Pilates Barre Kana.S					19:30 ~ 20:30 Back & Arm Mei.I	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Risa.F	19:30 ~ 20:30 Beauty Conditioning Natsumi.F	
21:00 ~ 22:00 Waist rinna.y				close					21:00 ~ 22:00 Back & Spine Kana.S	21:00 ~ 22:00 Waist Kana.S	21:00 ~ 22:00 Back & Arm Mei.I	21:00 ~ 22:00 Back & Arm Mei.I

pilatesK 大津テラス

【 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 Back & Spine Kana.S	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Mei.I	close	10:30 ~ 11:30 Body Balance Kana.S	10:30 ~ 11:30 Pre Basic Risa.F	close	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Mei.I							
12:00 ~ 13:00 Waist rinna.y	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg Natsumi.F		12:00 ~ 13:00 Back & Arm Mei.I	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg Risa.F		12:00 ~ 13:00 Body Balance Kana.S							
13:30 ~ 14:30 Pilates Barre Kana.S	14:30 ~ 15:30 Back & Arm Mei.I		13:30 ~ 14:30 jump to burn Kana.S	close		close	13:30 ~ 14:30 Back & Arm Mei.I						
15:00 ~ 16:00 Back & Arm Mei.I	16:30 ~ 17:30 Pilates Workout Natsumi.F		close				close	close					
close	close												
17:30 ~ 18:30 Basic rinna.y													
close									close	18:00 ~ 19:00 Beauty Conditioning Natsumi.F	18:00 ~ 19:00 Back & Arm Mei.I	18:00 ~ 19:00 Basic rinna.y	18:00 ~ 19:00 Shape up waist Natsumi.F
										19:30 ~ 20:30 Waist rinna.y	19:30 ~ 20:30 Pilates Workout Natsumi.F	19:30 ~ 20:30 Body Balance Kana.S	19:30 ~ 20:30 Basic rinna.y
										21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Natsumi.F	21:00 ~ 22:00 Basic Natsumi.F	21:00 ~ 22:00 Waist rinna.y	21:00 ~ 22:00 Waist rinna.y

👉 : 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。