

pilatesK 八尾店		【 07/01 ~ 07/08 】 スケジュール						2026/07/12 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	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
Basic 🌱		jump to burn	Hip Punch	Pilates Cardio		Hip & Leg 🌱	Release&Strength	
haru.T		Karin.N	haru.T	haru.T		Seina.K	Seina.K	
12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	
Back & Arm 🌱		Basic 🌱	Release&Strength	Waist 🌱		Back & Arm 🌱	Hip & Leg 🌱	
tsubaki.y		Seina.K	Seina.K	Natsumi.C		tsubaki.y	Seina.K	
13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:40 ~ 14:10		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	
Hip Punch		Back & Arm 🌱	Waist 🌱	お試し見学会		Basic 🌱	Back & Arm 🌱	
haru.T		tsubaki.y	Natsumi.C	haru.T		Seina.K	tsubaki.y	
close		close	15:00 ~ 16:00	14:30 ~ 15:30		close	close	
			Basic 🌱	Back & Arm 🌱				
			Seina.K	tsubaki.y				
			16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30				
			Back & Arm 🌱	Basic 🌱				
			tsubaki.y	haru.T				
			18:00 ~ 19:00					
			Body Balance					
			haru.T					
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
jump to burn	Waist 🌱	Hip & Leg 🌱				Pilates Cardio	Basic 🌱	
Haruna.y	Hikari.J	Hikari.J				Haruna.y	Haruna.y	
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
Waist 🌱	Pilates Workout	Basic 🌱				Waist 🌱	Hip Punch	
Natsumi.C	michi	Haruna.y				Natsumi.C	haru.T	
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
Release&Strength	Hip & Leg 🌱	Waist 🌱				Body Balance	Waist 🌱	
Seina.K	Hikari.J	Hikari.J				Haruna.y	Natsumi.C	

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	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close
	Back & Arm 🌱	Body Balance	Pilates Workout	Pilates Cardio	Hip Punch	Basic 🌱	
	tsubaki.y	haru.T	michi	haru.T	haru.T	Haruna.y	
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	11:40 ~ 12:10	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	
	Basic 🌱	Waist 🌱	お試し見学会	Waist 🌱	Body Balance	Back & Arm 🌱	
	Haruna.y	Natsumi.C	Haruna.y	Natsumi.C	haru.T	tsubaki.y	
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	12:30 ~ 13:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	
	Back & Spine	Pilates Cardio	Back & Spine	Hip Punch	Waist 🌱	Pilates Cardio	
	Haruna.y	haru.T	Haruna.y	haru.T	Natsumi.C	Haruna.y	
	close	15:00 ~ 16:00	14:30 ~ 15:30	close	close	close	
		Hip & Leg 🌱	Pre Basic 🌱				
		Hikari.J	michi				
		16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30				
		Basic 🌱	jump to burn				
		haru.T	Haruna.y				
		18:00 ~ 19:00					
		Beauty Conditioning 🌱					
		Hikari.J					
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
Back & Arm 🌱	Beauty Conditioning 🌱			Hip & Leg 🌱	Release&Strength	Hip & Leg 🌱	Waist 🌱
tsubaki.y	Hikari.J			Seina.K	Seina.K	Hikari.J	Natsumi.C
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
Hip & Leg 🌱	Basic 🌱			Back & Arm 🌱	Pre Basic 🌱	Shape up waist	Release&Strength
Seina.K	Seina.K			tsubaki.y	Karin.N	haru.T	Seina.K
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
Basic 🌱	Hip & Leg 🌱			Basic 🌱	Hip & Leg 🌱	Beauty Conditioning 🌱	Back & Arm 🌱
Seina.K	Hikari.J			Seina.K	Hikari.J	Hikari.J	tsubaki.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時間前を切つて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						2026/07/12 更新							
07/17		07/18		07/19		07/20		07/21		07/22		07/23		07/24	
金		土		日		月		火		水		close		金	
10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30				10:30 ~ 11:30	
Pilates Workout		Shape up waist		Release&Strength		Shape up waist		Basic 🍌		Hip Punch				Release&Strength	
michi		haru.T		Seina.K		Haruna.y		Seina.K		haru.T				Seina.K	
12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00				12:00 ~ 13:00	
Back&Arm 🍌		Release&Strength		Basic 🍌		Hip&Leg 🍌		Shape up waist		Release&Strength				Back&Spine	
tsubaki.y		Seina.K		Haruna.y		Seina.K		haru.T		Seina.K				Haruna.y	
13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30		13:40 ~ 14:10		13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30				13:30 ~ 14:30	
Pre Basic 🍌		Hip Punch		お試し見学会		jump to burn		Hip&Leg 🍌		Basic 🍌				Hip&Leg 🍌	
michi		haru.T		Haruna.y		Haruna.y		Seina.K		haru.T				Seina.K	
close		15:00 ~ 16:00		14:30 ~ 15:30		15:00 ~ 16:00		close		close		close			
		Waist 🍌		Hip&Leg 🍌		Waist 🍌									
		Natsumi.C		Seina.K		Natsumi.C									
		16:30 ~ 17:30		16:30 ~ 17:30		16:30 ~ 17:30									
		Pilates Cardio		Body Balance		Back&Spine									
		haru.T		Haruna.y		Haruna.y									
		18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00									
Hip&Leg 🍌				Basic 🍌											
Seina.K				Seina.K											
18:00 ~ 19:00								18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	
Hip Punch								Pilates Cardio		Waist 🍌		Pre Basic 🍌		Back&Arm 🍌	
haru.T								haru.T		Natsumi.C		Haruna.y		haru.T	
19:30 ~ 20:30								19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	
Waist 🍌								Back&Arm 🍌		jump to burn		Hip Punch		Basic 🍌	
Natsumi.C								haru.T		Haruna.y		haru.T		haru.T	
21:00 ~ 22:00								21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	
Body Balance								Waist 🍌		Back&Arm 🍌		Back&Spine		Pilates Cardio	
haru.T								Natsumi.C		Haruna.y		Haruna.y		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	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30		
Pilates Cardio	Basic 🍌	Hip&Leg 🍌	Pre Basic 🍌	Shape up waist		Hip Punch		
Karin	Maho.T	haru.T	Haruna.y	haru.T		haru.T		
12:00 ~ 13:00	11:40 ~ 12:10	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00		
Basic 🍌	お試し見学会	Waist 🍌	Back&Spine	Basic 🍌		Back&Arm 🍌		
Seina.K	Haruna.y	Natsumi.C	Haruna.y	Seina.K		haru.T		
13:30 ~ 14:30	12:30 ~ 13:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30		
Back&Spine	Shape up waist	Pilates Cardio	Waist 🍌	Hip Punch		Basic 🍌		
Karin	Haruna.y	haru.T	Natsumi.C	haru.T		Seina.K		
15:00 ~ 16:00	14:30 ~ 15:30	close	close	close		close	close	
Hip&Leg 🍌	jump to burn							
Seina.K	Maho.T							
16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30							
Waist 🍌	Back&Spine							
Natsumi.C	Haruna.y							
18:00 ~ 19:00		close	close	close		close		
Release&Strength								
Seina.K								
		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		
		Pre Basic 🍌	Release&Strength	Hip&Leg 🍌	Back&Arm 🍌	Back&Spine		
		Haruna.y	Seina.K	Seina.K	haru.T	Haruna.y		
		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
		Waist 🍌	Hip&Leg 🍌	Waist 🍌	Pilates Cardio	Beauty Conditioning 🍌		
		Natsumi.C	Seina.K	Natsumi.C	haru.T	Hikari.J		
		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		
		Back&Spine	Shape up waist	Release&Strength	Beauty Conditioning 🍌	Hip&Leg 🍌		
		Haruna.y	Haruna.y	Seina.K	Hikari.J	Hikari.J		

🍌 : 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時間前を切つて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が1回に制限されます。