

pilatesK 八尾店		【 08/01 ~ 08/08 】 スケジュール					2026/07/19 更新
08/01	08/02	08/03	08/04	08/05	08/06	08/07	08/08
土	日	月	火	水	木	金	土
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	10:30 ~ 11:30
Pilates Cardio	Back&Spine	Hip&Leg	Beauty Conditioning	Basic		Pilates Cardio	Hip&Leg
haru.T	Haruna.y	Seina.K	Hikari.J	Seina.K		Haruna.y	Hikari.J
12:00 ~ 13:00	11:40 ~ 12:10	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00
Basic	疑問解消無料ﾋﾞﾅｰｽ	Advance	Hip&Leg	Reset Flow		Hip&Leg	Release&Strength
Seina.K	Haruna.y	Haruna.y	Hikari.J	haru.T		Hikari.J	Seina.K
13:30 ~ 14:30	12:30 ~ 13:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30
Beauty Conditioning	Hip&Leg	Waist	Basic	Hip&Leg		Waist	Pilates Cardio
Hikari.J	Hikari.J	Seina.K	Seina.K	Seina.K		Hikari.J	Haruna.y
15:00 ~ 16:00	14:30 ~ 15:30	close	close	close		close	15:00 ~ 16:00
Hip Punch	Waist						Waist
haru.T	Hikari.J						Hikari.J
16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30						16:30 ~ 17:30
Release&Strength	jump to burn						Basic
Seina.K	Haruna.y				Seina.K		
18:00 ~ 19:00					18:00 ~ 19:00		
Waist		Back&Arm					
Hikari.J		Haruna.y					
		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
		Back&Arm	jump to burn	Basic	Body Balance	Hip Punch	
		haru.T	Haruna.y	Hikari.J	Haruna.y	haru.T	
		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
		Pre Basic	Waist	Hip&Leg	Pre Basic	Back&Arm	
		Haruna.y	Natsumi.C	Hikari.J	Haruna.y	haru.T	
		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
		Pilates Cardio	Pre Basic	Waist	Hip Punch	Basic	
		haru.T	Haruna.y	Natsumi.C	haru.T	Natsumi.C	

pilatesK 八尾店		【 08/09 ~ 08/16 】		スケジュール				
08/09	08/10	08/11	08/12	08/13	08/14	08/15	08/16	
日	月	火	水	木	金	土	日	
10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
Body Balance		Basic	jump to burn		Reset Flow	Back&Arm	Waist	
haru.T		Seina.K	Haruna.y		haru.T	haru.T	Seina.K	
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	11:40 ~ 12:10	
Basic		Back&Spine	Hip&Leg		Body Balance	Basic	疑問解消無料ﾋﾞﾅｰｽ	
Seina.K		Haruna.y	Hikari.J		haru.T	Seina.K	Haruna.y	
13:40 ~ 14:10		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	12:30 ~ 13:30	
疑問解消無料ﾋﾞﾅｰｽ		Release&Strength	Advance		Pre Basic	Hip&Leg	Advance	
Seina.K		Seina.K	Haruna.y		Haruna.y	Seina.K	Haruna.y	
14:30 ~ 15:30		15:00 ~ 16:00	close		close	close	15:00 ~ 16:00	14:30 ~ 15:30
Reset Flow		Hip&Leg					Pilates Cardio	Release&Strength
haru.T		Hikari.J					haru.T	Seina.K
16:30 ~ 17:30		16:30 ~ 17:30					16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30
Waist		Advance					Waist	Pre Basic
Seina.K		Haruna.y					Seina.K	Haruna.y
		18:00 ~ 19:00					18:00 ~ 19:00	
		Beauty Conditioning					Hip Punch	
		Hikari.J					haru.T	
			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			
		Reset Flow	Basic	Waist				
		haru.T	Seina.K	Hikari.J				
		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				
		Waist	Pilates Cardio	Back&Spine				
		Seina.K	haru.T	Haruna.y				
		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				
		Release&Strength	Hip&Leg	Basic				
		Seina.K	Seina.K	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時間前までにお申し込みしております。
 ・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 八尾店		【 08/17 ~ 08/24 】 スケジュール						2026/07/13 更新							
08/17		08/18		08/19		08/20		08/21		08/22		08/23		08/24	
月		火		水		木		金		土		日		月	
10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		close		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	
Pilates Cardio		Hip&Leg		Advance				Hip Punch		Advance		Hip&Leg		Waist	
haru.T		Hikari.J		Haruna.y				haru.T		Haruna.y		Hikari.J		Seina.K	
12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00				12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	
Beauty Conditioning		Reset Flow		Waist				Basic		Waist		Pilates Cardio		Basic	
Hikari.J		haru.T		Hikari.J				Seina.K		Hikari.J		Haruna.y		Seina.K	
13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30				13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30		13:40 ~ 14:10		13:30 ~ 14:30	
Back&Arm		Waist		Back&Spine				Body Balance		Hip Punch		疑問解消無料デバイス		Beauty Conditioning	
haru.T		Hikari.J		Haruna.y				haru.T		haru.T		Hikari.J		Hikari.J	
close		close		close				close		close		15:00 ~ 16:00		14:30 ~ 15:30	
						Basic						Waist			
						Hikari.J						Hikari.J			
						16:30 ~ 17:30						16:30 ~ 17:30			
						jump to burn						Basic			
						Haruna.y						Haruna.y			
						18:00 ~ 19:00									
Back&Arm															
haru.T															
18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00						18:00 ~ 19:00	
Basic		jump to burn		Release&Strength		Beauty Conditioning		Back&Spine						Hip&Leg	
Seina.K		Haruna.y		Seina.K		Hikari.J		Haruna.y						Hikari.J	
19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30						19:30 ~ 20:30	
Waist		Body Balance		Pre Basic		Waist		Basic						Reset Flow	
Hikari.J		haru.T		Haruna.y		Hikari.J		Seina.K						haru.T	
21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00						21:00 ~ 22:00	
Hip&Leg		Back&Spine		Hip&Leg		Basic		Pilates Cardio						Hip Punch	
Seina.K		Haruna.y		Seina.K		Seina.K		Haruna.y						haru.T	

pilatesK 八尾店		【		08/25 ~		08/31		】		スケジュール			
08/25		08/26		08/27		08/28		08/29		08/30		08/31	
火		水		木		金		土		日		月	
10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		close		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	
Body Balance		Basic				Back&Arm		Basic		Beauty Conditioning		Hip&Leg	
haru.T		haru.T				haru.T		Seina.K		Hikari.J		Hikari.J	
12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00				12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	
Back&Arm		Hip&Leg				Release&Strength		Pilates Cardio		Back&Arm		Release&Strength	
haru.T		Hikari.J				Seina.K		haru.T		haru.T		Seina.K	
13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30				13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30		14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	
Basic		Pilates Cardio				Reset Flow		Hip&Leg		Basic		Waist	
Seina.K		haru.T				haru.T		Seina.K		Hikari.J		Hikari.J	
		close				close				15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30	
				Reset Flow				Body Balance					
				haru.T				haru.T					
				16:30 ~ 17:30									
				Back&Arm									
				haru.T									
						18:00 ~ 19:00							
						Waist							
						Seina.K							
18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00						18:00 ~ 19:00	
Hip Punch		Waist		Basic		Beauty Conditioning						jump to burn	
haru.T		Seina.K		Hikari.J		Hikari.J						Haruna.y	
19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30						19:30 ~ 20:30	
Pre Basic		jump to burn		Back&Spine		Waist						Back&Arm	
Haruna.y		Haruna.y		Haruna.y		Hikari.J						haru.T	
21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00						21:00 ~ 22:00	
Pilates Cardio		Release&Strength		Waist		Basic						Reset Flow	
Haruna.y		Seina.K		Hikari.J		Seina.K						haru.T	

・休職可能レッスン
 ・クラスの曜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週間前迄にお願いたします。
 ・レッスン開始時間1時間前迄のキャンセルは、キャンセル料がかかります。
 ※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。