

2026/07/14 更新

※：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ごキャンセルされる場合は、体験可能期間内にお戻り下さい。

- ※ 体験可能レッスン
- ※ クラスの種類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 奈良大安寺店

【 08/17 ~ 08/24 】 スケジュール

2026/07/14 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	
close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	
	Body Balance	Back & Spine		Hip & Leg 🌿	Pilates Barre	Beauty Conditioning 🌿		
	Rin.U	Mayu		Haruka.i	Arisa.Y	Mayu		
	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		
	Waist 🌿	Basic 🌿		jump to burn	Back & Arm 🌿	Hip & Leg 🌿		
	Maho.o	Rin.U		kotomi.O	Maho.o	Haruka.i		
	13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		
	PreBasic 🌿			Basic 🌿	Hip & Leg 🌿	Body Balance		
	Mayu			Haruka.i	kotomi.O	Rin.U		
	close			close	close	15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30
						Basic 🌿		PreBasic 🌿
						Arisa.Y		Mayu
						close		close
						17:30 ~ 18:30		
						Waist 🌿		
	Maho.o			close				
	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		
	Hip & Leg 🌿	Pilates Barre			Back & Arm 🌿	Waist 🌿		
	Haruka.i	Arisa.Y			Maho.o	Arisa.Y		
	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
	jump to burn	Hip & Leg 🌿			Release&Strength	Basic 🌿		
kotomi.O	Haruka.i	Mayu	Rin.U					
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00					
Basic 🌿	Waist 🌿	Hip & Leg 🌿	Back & Arm 🌿					
Haruka.i	Arisa.Y	Rin.U	Arisa.Y					

pilatesK 奈良大安寺店

【 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	close
Hip & Leg 🏋️	Basic 🏋️		Release&Strength	Hip & Leg 🏋️	PreBasic 🏋️	
Rin.U	Haruka.I		Mayu	Haruka.I	Mayu	
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	
Basic 🏋️	Shape up waist		Hip & Leg 🏋️	Body Balance	Pilates Barre	
Haruka.I	Mayu		Rin.U	Rin.U	Arisa.Y	
13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	
Waist 🏋️			Back & Spine	Waist 🏋️	Back & Arm 🏋️	
Arisa.Y			Mayu	Arisa.Y	Rin.U	
close			close	close	15:00 ~ 16:00	
		Back & Arm 🏋️			Basic 🏋️	
		Rin.U			Haruka.I	
		close			close	
		17:30 ~ 18:30				
		Basic 🏋️				
Haruka.I		close	close			
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
Waist 🏋️	Back & Arm 🏋️			Pilates Barre	Back & Arm 🏋️	
Maho.o	Maho.o			Arisa.Y	Maho.o	
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
Back & Arm 🏋️	Waist 🏋️			Hip & Leg 🏋️	Basic 🏋️	
Maho.o	Maho.o			Haruka.I	Arisa.Y	
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	close	close	
Pilates Barre	jump to burn	Basic 🏋️	Waist 🏋️			
kotomi.O	kotomi.O	Arisa.Y	Maho.o			

🌱 : 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。