

pilatesK 奈良大安寺店		【 08/01 ~ 08/08 】 スケジュール						2026/07/30 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	10:30 ~ 11:30			
Basic 🇯🇵	Shape up waist		Pilates Barre	Waist 🇯🇵		Basic 🇯🇵	jump to burn			
Haruka.i	Mayu		Arisa.Y	kotomi.O		Haruka.i	kotomi.O			
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00			
Release&Strength	Back&Arm 🇯🇵		jump to burn	Back&Arm 🇯🇵		Body Balance	Hip&Leg 🇯🇵			
Mayu	Maho.o		kotomi.O	Arisa.Y		Rin.U	Haruka.i			
13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30			
Back&Arm 🇯🇵	Beauty Conditioning 🇯🇵		Waist 🇯🇵			Hip&Leg 🇯🇵	Basic 🇯🇵			
Maho.o	Mayu		Arisa.Y			Haruka.i	Arisa.Y			
15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close			close	close	15:00 ~ 16:00		
Pilates Barre	Back&Arm 🇯🇵	Waist 🇯🇵								
Arisa.Y	Maho.o	Arisa.Y								
close	close	close			close					
17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30								
Waist 🇯🇵		Back&Arm 🇯🇵								
Arisa.Y		Maho.o								
close		close		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close
				Hip&Leg 🇯🇵	Beauty Conditioning 🇯🇵			Waist 🇯🇵	Basic 🇯🇵	
				Rin.U	Mayu			Arisa.Y	Arisa.Y	
			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				
			Basic 🇯🇵	Hip&Leg 🇯🇵	Basic 🇯🇵	Back&Arm 🇯🇵				
			Haruka.i	Rin.U	Rin.U	Maho.o				
	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00					
	Body Balance		Basic 🇯🇵	Back&Spine	Pilates Barre					
Rin.U	Haruka.i	Mayu	Arisa.Y							

pilatesK 奈良大安寺店		【 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				
Back & Arm 🌿		Basic 🌿	Beauty Conditioning 🌿		Back & Arm 🌿	Waist 🌿	Hip & Leg 🌿				
Maho.o		Haruka.i	Mika		Rin.U	kotomi.O	Rin.U				
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30				
Basic 🌿		Release&Strength	Back & Spine		Beauty Conditioning 🌿	Body Balance	Back & Arm 🌿				
Arisa.Y		Mayu	Mayu		Mika	Rin.U	Maho.o				
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30				
Hip & Leg 🌿		Shape up waist			Waist 🌿	jump to burn	Basic 🌿				
Haruka.i		Mika			Rin.U	kotomi.O	Arisa.Y				
16:30 ~ 17:30		15:00 ~ 16:00			15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30					
Pilates Barre		Hip & Leg 🌿			Hip & Leg 🌿	Waist 🌿					
Arisa.Y		Rin.U			Haruka.i	Maho.o					
close		close			close	close	close	close	close		
		17:30 ~ 18:30				17:30 ~ 18:30					
		Waist 🌿				Basic 🌿					
		Rin.U				Rin.U					
		close				close		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
								Body Balance		Shape up waist	Back & Arm 🌿
								Rin.U		Mika	Maho.o
								19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
								Waist 🌿		Basic 🌿	Hip & Leg 🌿
								kotomi.O		Haruka.i	Haruka.i
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00									
Back & Arm 🌿	PreBasic 🌿	Basic 🌿									
Rin.U	Mayu	Haruka.i									

🌿：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 奈良大安寺店

【 08/17 ~ 08/24 】 スケジュール

2026/07/30 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		16:30 ~ 17:30		
					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。