

pilatesK 心斎橋店		【 08/01 ~ 08/08 】 スケジュール						2026/07/14 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		close		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		close		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30															
Beauty Conditioning 🌟		Basic 🌟				Body Balance		Hip & Leg 🌟				Beauty Conditioning 🌟		Pilates Barre															
Kaco.F		mao.h				Kaco.F		Saaya.M				Kaco.F		Azusa															
12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30				12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30				12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00															
Basic 🌟		Pilates Workout				Back & Arm 🌟		Shape up waist				Pre Basic 🌟		Hip & Leg 🌟															
mao.h		Azusa				Saaya.M		Kaco.F				Kaco.F		Saaya.M															
13:30 ~ 14:30		14:30 ~ 15:30				13:30 ~ 14:30		close				13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30															
Back & Spine		Waist 🌟				Pre Basic 🌟						Hip & Leg 🌟		Waist 🌟															
Azusa		mao.h				Kaco.F						Saaya.M		mao.h															
15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30				close						close		close		15:00 ~ 16:00													
Waist 🌟		Pilates Barre		Back & Arm 🌟																									
mao.h		Azusa		Saaya.M																									
close		close		close						close						close													
17:30 ~ 18:30																17:30 ~ 18:30													
Hip & Leg 🌟																Basic 🌟													
Azusa																mao.h													
close								close								close		close		close									
																						18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	
																						Waist 🌟		Basic 🌟		Back & Spine		Basic 🌟	
						mao.h						mao.h		Azusa								mao.h							
						19:30 ~ 20:30						19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30								19:30 ~ 20:30							
						Pilates Barre						Back & Arm 🌟		Waist 🌟								Back & Spine							
		Azusa		Saaya.M		mao.h				Azusa																			
		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00																			
Basic 🌟		Waist 🌟		Pilates Workout		Waist 🌟																							
mao.h		mao.h		Azusa		mao.h																							

pilatesK 心斎橋店		【 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 🇯🇵		Shape up waist	Back & Spine		Waist 🇯🇵	Beauty Conditioning 🇯🇵	Basic 🇯🇵	
Saaya.M		Kaco.F	Azusa		mao.h	Kaco.F	Saaya.M	
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	
Body Balance		Pilates Barre	Waist 🇯🇵		Back & Spine	Back & Arm 🇯🇵	Pilates Workout	
Kaco.F		Azusa	mao.h		Azusa	Saaya.M	Azusa	
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	
Basic 🇯🇵		Back & Arm 🇯🇵			Basic 🇯🇵	Power up Control	Waist 🇯🇵	
mao.h		Saaya.M			mao.h	Kaco.F	mao.h	
16:30 ~ 17:30		15:00 ~ 16:00			close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	
Power up Control		Pilates Workout				Basic 🇯🇵	Back & Arm 🇯🇵	
Kaco.F		Azusa				mao.h	Saaya.M	
close		close				close	close	
		17:30 ~ 18:30				17:30 ~ 18:30		
		Pre Basic 🇯🇵				Hip & Leg 🇯🇵		
		Kaco.F				Saaya.M		
		close	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		close
				Hip & Leg 🇯🇵	Beauty Conditioning 🇯🇵	Shape up waist		
				Saaya.M	Kaco.F	Kaco.F		
				19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
				Power up Control	Back & Arm 🇯🇵	Pilates Barre		
				Kaco.F	Saaya.M	Azusa		
				21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		
				Basic 🇯🇵	Body Balance	Hip & Leg 🇯🇵		
		Saaya.M	Kaco.F	Saaya.M				

🟢：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 心斎橋店

【 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 Back & Arm 🌿 Azusa	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg 🌿 Saaya.M	close	10:30 ~ 11:30 Pilates Workout Azusa	10:30 ~ 11:30 Basic 🌿 Saaya.M	10:30 ~ 11:30 Power up Control Kaco.F	close
	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg 🌿 Saaya.M	12:30 ~ 13:30 Body Balance Kaco.F		12:00 ~ 13:00 Basic 🌿 Saaya.M	12:00 ~ 13:00 Pilates Barre Azusa	12:30 ~ 13:30 Waist 🌿 mao.h	
	13:30 ~ 14:30 Pilates Barre Azusa	close		13:30 ~ 14:30 Back & Arm 🌿 Azusa	13:30 ~ 14:30 Waist 🌿 mao.h	14:30 ~ 15:30 Body Balance Kaco.F	
	close			close	15:00 ~ 16:00 Back & Spine Azusa	16:30 ~ 17:30 Basic 🌿 mao.h	
					close	close	
					17:30 ~ 18:30 Back & Arm 🌿 Saaya.M		
	18:00 ~ 19:00 Shape up waist Kaco.F	18:00 ~ 19:00 Basic 🌿 mao.h		18:00 ~ 19:00 Power up Control Kaco.F	18:00 ~ 19:00 Basic 🌿 mao.h	close	
	19:30 ~ 20:30 Basic 🌿 mao.h	19:30 ~ 20:30 Beauty Conditioning 🌿 Kaco.F		19:30 ~ 20:30 Waist 🌿 mao.h	19:30 ~ 20:30 Body Balance Kaco.F		
	21:00 ~ 22:00 Beauty Conditioning 🌿 Kaco.F	21:00 ~ 22:00 Waist 🌿 mao.h		21:00 ~ 22:00 Pre Basic 🌿 Kaco.F	21:00 ~ 22:00 Waist 🌿 mao.h		

pilatesK 心斎橋店

【 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
Pre Basic 🌿	Power up Control		Waist 🌿	Back & Spine	Hip & Leg 🌿	
Kaco.F	Kaco.F		mao.h	Azusa	Saaya.M	
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	
Waist 🌿	Basic 🌿		Body Balance	Pre Basic 🌿	Pilates Barre	
mao.h	mao.h		Kaco.F	Kaco.F	Azusa	
13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	
Body Balance			Basic 🌿	Hip & Leg 🌿	Basic 🌿	
Kaco.F			mao.h	Saaya.M	Saaya.M	
close			close	close	15:00 ~ 16:00	
		Pilates Workout			Back & Spine	
		Azusa			Azusa	
		close			close	
17:30 ~ 18:30	Basic 🌿					
Saaya.M						
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			
Back & Arm 🌿	Back & Spine	Basic 🌿	Hip & Leg 🌿			
Saaya.M	Azusa	Saaya.M	Saaya.M			
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
Pilates Workout	Hip & Leg 🌿	Back & Arm 🌿	Shape up waist			
Azusa	Saaya.M	Saaya.M	Kaco.F			
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
Hip & Leg 🌿	Pilates Barre	Pilates Workout	Back & Arm 🌿			
Saaya.M	Azusa	Azusa	Saaya.M			

🌿 : 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。