

pilatesK 久屋大通パ-ク店		【 09/01 ~ 09/08 】		スケジュール		2026/08/14 更新			
09/01	09/02	09/03	09/04	09/05	09/06	09/07	09/08		
火	水	木	金	土	日	月	火		
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	9:30 ~ 10:00	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30		
jump to burn	Hip & Leg 🌿		Waist 🌿	疑問解消無料ﾋﾞﾅｰｽﾞ	Basic 🌿		Shape up waist		
Rise.H	Kaede.T		Nanako.K	megumi.Y	Nanako.K		Natsume		
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	10:30 ~ 11:30	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00		
Back & Spine	Waist 🌿		Pilates Cardio	Back & Arm 🌿	Style up Pilates		Waist 🌿		
Rise.H	megumi.Y		Nanako.K	megumi.Y	Natsume		Nanako.K		
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	12:00 ~ 13:00	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30		
Hip & Leg 🌿	Basic 🌿		Shape up waist	jump to burn	Hip & Leg 🌿		Pre Basic 🌿		
Kaede.T	Kaede.T		Rise.H	Nanako.K	Kaede.T		Natsume		
close	close		close	13:30 ~ 14:30	16:30 ~ 17:30		close		
				Body Balance	Release&Strength				
				megumi.Y	Natsume				
				15:00 ~ 16:00	close				
				Hip & Leg 🌿					
				Kaede.T					
				16:30 ~ 17:30					
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 🌿	Pilates Cardio	Back & Spine	Beauty Conditioning 🌿	Basic 🌿	jump to burn				
megumi.Y	Nanako.K	Rise.H	megumi.Y	Kaede.T	Nanako.K				
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	close	19:30 ~ 20:30				
Body Balance	Pre Basic 🌿	Basic 🌿	Pilates Workout		Back & Arm 🌿				
megumi.Y	Rise.H	Rise.H	Rise.H		megumi.Y				
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00				
Basic 🌿	Beauty Conditioning 🌿	Waist 🌿	Back & Arm 🌿		Beauty Conditioning 🌿				
Kaede.T	Nanako.K	Nanako.K	megumi.Y		megumi.Y				

pilatesK 久屋大通パーク店		【 09/09 ~ 09/16 】		スケジュール				
09/09	09/10	09/11	09/12	09/13	09/14	09/15	09/16	
水	木	金	土	日	月	火	水	
10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	9:30 ~ 10:00	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
Pre Basic 🌟		Hip & Leg 🌟	疑問解消無料レッスン	Back & Spine	Basic 🌟	Back & Arm 🌟	Pilates Cardio	
Natsume		Kaede.T	Kaede.T	Rise.H	Kaede.T	megumi.Y	Nanako.K	
12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	10:30 ~ 11:30	12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	
Back & Arm 🌟		Release&Strength	Hip & Leg 🌟	Pilates Workout	Beauty Conditioning 🌟	Shape up waist	Style up Pilates	
Natsume		Natsume	Kaede.T	Rise.H	megumi.Y	Natsume	Natsume	
13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	12:00 ~ 13:00	14:30 ~ 15:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	
Body Balance		Basic 🌟	Shape up waist	Basic 🌟	Hip & Leg 🌟	Release&Strength	Back & Spine	
megumi.Y		Kaede.T	Natsume	Nanako.K	Kaede.T	Natsume	Rise.H	
close		close	close	13:30 ~ 14:30	16:30 ~ 17:30	close	close	close
				Basic 🌟	Style up Pilates			
				Kaede.T	Natsume			
				15:00 ~ 16:00	close			
				Waist 🌟				
				Nanako.K				
	16:30 ~ 17:30							
Pre Basic 🌟								
Natsume								
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
Basic 🌟	Shape up waist	Waist 🌟	jump to burn		Pre Basic 🌟	Hip & Leg 🌟	Pilates Workout	
Kaede.T	Natsume	megumi.Y	Nanako.K		Rise.H	Kaede.T	Rise.H	
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	close		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
Hip & Leg 🌟	Body Balance	Style up Pilates			Waist 🌟	Pilates Cardio	Basic 🌟	
Kaede.T	megumi.Y	Natsume			megumi.Y	Nanako.K	Kaede.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	
Pilates Cardio	Basic 🌟	Back & Arm 🌟			Back & Spine	Basic 🌟	Beauty Conditioning 🌟	
Nanako.K	Kaede.T	megumi.Y			Rise.H	Kaede.T	megumi.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 久屋大通パ-ク店

【 09/17 ~ 09/24 】 スケジュール

2026/08/14 更新

09/17	09/18	09/19	09/20	09/21	09/22	09/23	09/24	
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	
	Waist 🌱	Basic 🌱	Back & Arm 🌱	Body Balance	Basic 🌱	Back & Spine		
	megumi.Y	Kaede.T	megumi.Y	megumi.Y	Kaede.T	Rise.H		
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		
	Pre Basic 🌱	Body Balance	Basic 🌱	Hip & Leg 🌱	Style up Pilates	Basic 🌱		
	Rise.H	megumi.Y	Kaede.T	Kaede.T	Natsume	Nanako.K		
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		
	jump to burn	Pre Basic 🌱	Hip & Leg 🌱	Pilates Cardio	jump to burn	Shape up waist		
	Rise.H	Natsume	Kaede.T	Nanako.K	Nanako.K	Natsume		
	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00
		Style up Pilates	Pilates Cardio	Back & Arm 🌱	Hip & Leg 🌱	Waist 🌱		
		Natsume	Nanako.K	megumi.Y	Kaede.T	Nanako.K		
		16:30 ~ 17:30	18:00 ~ 18:30	16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30		
		Back & Arm 🌱	疑問解消無料ピラティス	Basic 🌱	Waist 🌱	Pilates Workout		
megumi.Y		Nanako.K	Kaede.T	Nanako.K	Rise.H			
18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			
			Beauty Conditioning 🌱	Release&Strength	Style up Pilates			
			Nanako.K	Natsume	Natsume			
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	close	close	close	18:00 ~ 19:00		
Pre Basic 🌱	Pilates Cardio					Hip & Leg 🌱		
Natsume	Nanako.K					Kaede.T		
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30					19:30 ~ 20:30		
Back & Spine	Release&Strength					Back & Arm 🌱		
Rise.H	Natsume					megumi.Y		
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00						
Shape up waist	Basic 🌱					Body Balance		
Natsume	Nanako.K					megumi.Y		

pilatesK 久屋大通パ-ク店

【 09/25 ~ 09/30 】 スケジュール

09/25	09/26	09/27	09/28	09/29	09/30	
金	土	日	月	火	水	
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
Beauty Conditioning 🌱 megumi.Y	Shape up waist Rise.H	Waist 🌱 Nanako.K	Basic 🌱 Kaede.T	Back & Spine Rise.H	Pilates Cardio Nanako.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	
Basic 🌱 Kaede.T	Style up Pilates Natsume	jump to burn Nanako.K	Back & Spine Rise.H	Basic 🌱 Nanako.K	Release&Strength Natsume	
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	
Waist 🌱 megumi.Y	Back & Arm 🌱 Natsume	Body Balance Natsume	Hip & Leg 🌱 Kaede.T	Pilates Workout Rise.H	Basic 🌱 Nanako.K	
close	15:00 ~ 16:00 Pilates Workout Rise.H	16:30 ~ 17:30 Hip & Leg 🌱 Kaede.T	close	close	close	
	16:30 ~ 17:30 Hip & Leg 🌱 Kaede.T	18:00 ~ 18:30 疑問解消無料ピラティス Natsume				
	18:00 ~ 19:00 Pilates Cardio Nanako.K	close				
18:00 ~ 19:00 Release&Strength Natsume	close	18:00 ~ 19:00 Body Balance megumi.Y	18:00 ~ 19:00 Beauty Conditioning 🌱 megumi.Y	18:00 ~ 19:00 Waist 🌱 megumi.Y		
19:30 ~ 20:30 Hip & Leg 🌱 Kaede.T		19:30 ~ 20:30 Shape up waist Rise.H	19:30 ~ 20:30 jump to burn Nanako.K	19:30 ~ 20:30 Back & Spine Rise.H		
21:00 ~ 22:00 Back & Arm 🌱 Natsume		21:00 ~ 22:00 Back & Arm 🌱 megumi.Y	21:00 ~ 22:00 Waist 🌱 megumi.Y	21:00 ~ 22:00 Style up Pilates Natsume		

🌱 : 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。