

pilatesK 久屋大通パ-ク店		【 09/01 ~ 09/08 】 スケジュール						2026/08/31 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 🌿	疑問解消無料ﾋﾞﾆｱｽ	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	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 -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 🍌	Hip & Leg 🍌	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
	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 久屋大通パルク店

【 09/17 ~ 09/24 】 スケジュール

2026/08/31 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	close	16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30		
		Back & Arm 🌱		Basic 🌱	Waist 🌱	Pilates Workout		
		megumi.Y		Kaede.T	Nanako.K	Rise.H		
		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		
	Hip & Leg 🌱	Beauty Conditioning 🌱	Release&Strength	Style up Pilates				
Kaede.T	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 久屋大通パルク店

【 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 🌱	Shape up waist	Waist 🌱	Basic 🌱	Back & Spine	Pilates Cardio
megumi.Y	Rise.H	Nanako.K	Kaede.T	Rise.H	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 🌱	Style up Pilates	jump to burn	Back & Spine	Basic 🌱	Release&Strength
Kaede.T	Natsume	Nanako.K	Rise.H	Nanako.K	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 🌱	Back & Arm 🌱	Body Balance	Hip & Leg 🌱	Pilates Workout	Basic 🌱
megumi.Y	Natsume	Natsume	Kaede.T	Rise.H	Nanako.K
close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	close	close	close
	Pilates Workout	Hip & Leg 🌱			
	Rise.H	Kaede.T			
	16:30 ~ 17:30				
	Hip & Leg 🌱				
	Kaede.T				
18:00 ~ 19:00					
Release&Strength		close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
Natsume	Body Balance		Beauty Conditioning 🌱	Waist 🌱	
19:30 ~ 20:30	megumi.Y		megumi.Y	megumi.Y	
Hip & Leg 🌱	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
Kaede.T	Shape up waist		jump to burn	Back & Spine	
	Rise.H		Nanako.K	Rise.H	
21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
Back & Arm 🌱			Back & Arm 🌱	Waist 🌱	Style up Pilates
Natsume			megumi.Y	megumi.Y	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。