

pilatesK 久屋大通パーク店		【 09/01 ~ 09/08 】		スケジュール		2026/09/10 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	疑問解消無料ビデオ	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	close
					Body Balance		Release&Strength		
					megumi.Y		Natsume		
					15:00 ~ 16:00				
					Hip&Leg				
					Kaede.T				
					16:30 ~ 17:30				
					Waist				
					Nanako.K				
		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	close	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	10:30 ~ 11:30	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	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	
Back&Arm		Release&Strength	Shape up waist	Pilates Workout	Beauty Conditioning	Shape up waist	Style up Pilates	
Natsume		Natsume	Natsume	Rise.H	megumi.Y	Natsume	Natsume	
13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	
Body Balance		Basic	Basic	Basic	Hip&Leg	Release&Strength	Back&Spine	
megumi.Y		Kaede.T	Kaede.T	Nanako.K	Kaede.T	Natsume	Rise.H	
close		close	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	close	close	close
				Waist	Style up Pilates			
				Nanako.K	Natsume			
				16:30 ~ 17:30				
				Pre Basic				
	Natsume							
	18:00 ~ 19:00							
	jump to burn							
Nanako.K								
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		Pre Basic	Hip&Leg	Pilates Workout		
Kaede.T	Natsume	megumi.Y		Rise.H	Kaede.T	Rise.H		
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		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
 ・クラスの個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時間前まで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 久屋大通パーク店		【 09/17 ~ 09/24 】		スケジュール		2026/09/10 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	
		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	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 久屋大通パーク店		【 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		Pilates Cardio									
		Nanako.K									
18:00 ~ 19:00		close		close		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	
Release&Strength						Body Balance		Beauty Conditioning		Waist	
Natsume						megumi.Y		megumi.Y		megumi.Y	
19:30 ~ 20:30						19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	
Hip&Leg						Shape up waist		jump to burn		Back&Spine	
Kaede.T						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
・クラスの曜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サイトまでご確認ください。
・ご予約されたレッスンをキャンセルされる場合は、1週間前迄にお願ひしております。
・レッスン開始時間1時間前迄のキャンセルは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。