

pilatesK 八尾店		【 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	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30		
Pre Basic	Back&Arm		Hip Punch	Pilates Cardio	Beauty Conditioning		Release&Strength		
Haruna.y	haru.T		haru.T	haru.T	Hikari.J		Seina.K		
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00		
Back&Spine	Style up Pilates		Beauty Conditioning	Basic	Basic		Shape up waist		
Haruna.y	haru.T		Hikari.J	Natsumi.C	Hikari.J		haru.T		
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30		
Release&Strength	Basic		Reset Flow	Waist	Hip Punch		Pilates Barre		
Seina.K	Natsumi.C		haru.T	Natsumi.C	haru.T		Seina.K		
close	close		close	close	15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30	close	close
					Style up Pilates		Waist		
					haru.T		haru.T		
					16:30 ~ 17:30				
					Hip&Leg				
					Seina.K				
					18:00 ~ 19:00				
					Beauty Conditioning				
					Hikari.J				
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00				
Hip&Leg	Pre Basic	Pilates Barre	Hip&Leg	Waist	Waist				
Hikari.J	Haruna.y	Seina.K	Seina.K	Hikari.J	Hikari.J				
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				
Pilates Barre	Waist	Release&Strength	Pre Basic	Style up Pilates	Style up Pilates				
Seina.K	Natsumi.C	Seina.K	Haruna.y	haru.T	haru.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				
Beauty Conditioning	Pilates Cardio	Waist	Pilates Barre	Basic	Basic				
Hikari.J	Haruna.y	Natsumi.C	Seina.K	Hikari.J	Hikari.J				

pilatesK 八尾店		【 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	
Back&Spine		Hip&Leg	Waist	Pilates Barre	Hip&Leg	Basic	Pilates Barre	
Haruna.y		Hikari.J	Natsumi.C	Seina.K	Hikari.J	Hikari.J	Seina.K	
12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	
Basic		Pilates Barre	Style up Pilates	Shape up waist	Waist	Back&Spine	Back&Arm	
Natsumi.C		Seina.K	haru.T	Haruna.y	Natsumi.C	Haruna.y	Haruna.y	
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	
Hip&Leg		Basic	Hip&Leg	Basic	Pilates Cardio	Hip&Leg	Basic	
Seina.K		Hikari.J	Seina.K	Seina.K	Haruna.y	Hikari.J	Seina.K	
close		close	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	close	close	close
				Release&Strength	Back&Arm			
				Seina.K	Haruna.y			
	16:30 ~ 17:30							
	Basic							
	Natsumi.C							
	18:00 ~ 19:00							
	Hip Punch							
haru.T								
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
Pilates Cardio	Hip&Leg	Reset Flow			Release&Strength	Pilates Cardio	Waist	
haru.T	Hikari.J	haru.T			Seina.K	Haruna.y	Natsumi.C	
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
Basic	Beauty Conditioning	Waist			Shape up waist	Pre Basic	Beauty Conditioning	
Hikari.J	Hikari.J	Natsumi.C			Haruna.y	Haruna.y	Hikari.J	
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
Reset Flow	Basic	Pilates Cardio			Basic	Waist	Shape up waist	
haru.T	Natsumi.C	haru.T			Seina.K	Natsumi.C	haru.T	

・休館可能レッスン
・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週間前までにお願しております。
・レッスン開始時刻 1時間前を切った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 八尾店		【 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	
	Basic	Pilates Cardio	Style up Pilates	Waist	Release&Strength	Pilates Cardio		
	Natsumi.C	Haruna.y	haru.T	Hikari.J	Seina.K	michi		
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		
	Waist	Beauty Conditioning	Basic	Pilates Cardio	Hip & Leg	Pre Basic		
	Natsumi.C	Hikari.J	Seina.K	haru.T	Hikari.J	Haruna.y		
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		
	Reset Flow	Basic	Hip Punch	Pilates Barre	Waist	Back & Arm		
	haru.T	Natsumi.C	haru.T	Seina.K	Natsumi.C	Haruna.y		
	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00		
		Hip & Leg	Release&Strength	Hip & Leg	Pilates Barre	Reset Flow		
		Hikari.J	Seina.K	Hikari.J	Seina.K	michi		
		16:30 ~ 17:30		16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30		
		Back & Spine		Reset Flow	Basic	Waist		
		Haruna.y		haru.T	Natsumi.C	Natsumi.C		
		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		
		Waist		Basic	Beauty Conditioning	Basic		
		Natsumi.C		Seina.K	Hikari.J	Natsumi.C		
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00						18:00 ~ 19:00	
Basic	Pilates Barre						Shape up waist	
Seina.K	Seina.K						haru.T	
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30						19:30 ~ 20:30	
Back & Arm	Style up Pilates						Pilates Barre	
haru.T	haru.T						Seina.K	
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00						21:00 ~ 22:00	
Pilates Cardio	Hip & Leg						Basic	
haru.T	Seina.K						Natsumi.C	

pilatesK 八尾店		【 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
Reset Flow		Basic	Back&Spine	Basic	Reset Flow	Back&Arm
haru.T		Seina.K	Haruna.y	Hikari.J	haru.T	haru.T
12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00
Hip&Leg		Back&Arm	Pilates Barre	Hip&Leg	Basic	Pilates Cardio
Hikari.J		haru.T	Seina.K	Hikari.J	Natsumi.C	haru.T
13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30
Style up Pilates		Pilates Cardio	Hip&Leg	Style up Pilates	Shape up waist	Basic
haru.T		Haruna.y	Hikari.J	haru.T	haru.T	Natsumi.C
close		15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	close	close	close
		Release&Strength	Basic			
		Seina.K	Seina.K			
		16:30 ~ 17:30				
		Pre Basic				
		Haruna.y				
		18:00 ~ 19:00				
		Hip Punch				
		haru.T				
18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
Basic				Pilates Barre	Beauty Conditioning	Back&Spine
Natsumi.C				Seina.K	Hikari.J	Haruna.y
19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
Beauty Conditioning				Basic	Pilates Cardio	Hip&Leg
Hikari.J				Natsumi.C	Haruna.y	Hikari.J
21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
Waist				Release&Strength	Hip&Leg	Basic
Natsumi.C		Seina.K	Hikari.J	Hikari.J		

・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週間前迄にお申し立てが必要です。
 ・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料となります。
 ※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。