

pilatesK 南草津店		【 09/01 ~ 09/08 】 スケジュール						2026/08/30 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	
Hip & Leg 🍃		Release&Strength				Back & Spine		Pre Basic 🍃		Hip & Leg 🍃				Waist 🍃	
HaRuKa.Y		Haruka.N				Haruka.N		Haruka.N		HaRuKa.Y				asami.s	
12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30				12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30				12:00 ~ 13:00	
Pilates Barre		Back & Arm 🍃				Basic 🍃		Waist 🍃		Beauty Conditioning 🍃				Basic 🍃	
Ayu		kanako.i				HaRuKa.Y		kanako.i		Haruka.N				asami.s	
13:30 ~ 14:30		close				13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30		14:30 ~ 15:30				13:30 ~ 14:30	
Waist 🍃						Hip & Leg 🍃		jump to burn		Basic 🍃				Hip & Leg 🍃	
HaRuKa.Y						HaRuKa.Y		Haruka.N		HaRuKa.Y				HaRuKa.Y	
close						close		15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30				close	
				Back & Arm 🍃				Back & Spine							
				kanako.i				Haruka.N							
				close											
				17:30 ~ 18:30											
				Basic 🍃											
Haruka.N															
18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00					
jump to burn		Hip & Leg 🍃		Basic 🍃		Back & Arm 🍃				Pre Basic 🍃					
Haruka.N		HaRuKa.Y		HaRuKa.Y		kanako.i				kaho.O					
19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30					
Back & Arm 🍃		Pilates Barre		Waist 🍃		Body Balance				Release&Strength					
kanako.i		Himeno.K		HaRuKa.Y		Haruka.N				kaho.O					
21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00					
Pre Basic 🍃		Shape up waist		Beauty Conditioning 🍃		Waist 🍃				Basic 🍃					
Haruka.N		Himeno.K		Ayu		kanako.i				HaRuKa.Y					

pilatesK 南草津店		【 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	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Pilates Barre		Hip & Leg 🌿	Body Balance	Basic 🌿		Shape up waist	Basic 🌿
Ayu		HaRuKa.Y	kaho.O	asami.s		Himeno.K	HaRuKa.Y
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30
Waist 🌿		Beauty Conditioning 🌿	Pre Basic 🌿	Hip & Leg 🌿		Back & Arm 🌿	Release&Strength
kanako.i		Ayu	kaho.O	HaRuKa.Y		kanako.i	Haruka.N
close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close
		Basic 🌿	Waist 🌿	Basic 🌿		Pilates Barre	
		HaRuKa.Y	kanako.i	asami.s		Himeno.K	
		close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close	
			jump to burn	Waist 🌿			
			kaho.O	HaRuKa.Y			
			close				
		17:30 ~ 18:30					
		Back & Arm 🌿					
		kanako.i					
		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			
Beauty Conditioning 🌿	jump to burn	Waist 🌿	Body Balance	Back & Arm 🌿			
Ayu	momo.O	kanako.i	Haruka.N	kanako.i			
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
Basic 🌿	Hip & Leg 🌿	Pilates Barre				Hip & Leg 🌿	jump to burn
HaRuKa.Y	HaRuKa.Y	Ayu				HaRuKa.Y	Ayu
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
Hip & Leg 🌿	Basic 🌿	Back & Arm 🌿				Basic 🌿	Waist 🌿
HaRuKa.Y	HaRuKa.Y	kanako.i				Haruka.N	kanako.i

🍃：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。

2026/08/30 更新

pilatesK 南草津店		【 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	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Pilates Barre	Waist 🌿	Beauty Conditioning 🌿		Back & Arm 🌿	Basic 🌿
Ayu	kanako.i	Haruka.N		kanako.i	HaRuKa.Y
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30
jump to burn	Pre Basic 🌿	Hip & Leg 🌿		Pilates Barre	Body Balance
Haruka.N	kaho.O	HaRuKa.Y		Ayu	Haruka.N
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close
Basic 🌿	Back & Arm 🌿	Basic 🌿		Waist 🌿	
Haruka.N	kanako.i	Haruka.N		kanako.i	
close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close	
	Release&Strength	Waist 🌿			
	kaho.O	HaRuKa.Y			
	close				
17:30 ~ 18:30					
Basic 🌿					
kaho.O					
18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
Back & Arm 🌿				Basic 🌿	Shape up waist
kanako.i			Haruka.N	Ayu	
19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
Beauty Conditioning 🌿			Hip & Leg 🌿	Beauty Conditioning 🌿	
Ayu			HaRuKa.Y	Ayu	
21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
Waist 🌿			jump to burn	Back & Arm 🌿	
kanako.i			Haruka.N	kanako.i	

- 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、翌月の体験可能回数1回に制限されます。