

pilatesK 奈良大安寺店		【 09/01 ~ 09/08 】 スケジュール						2026/09/22 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	
Waist 🍌		Hip & Leg 🍌				Back & Arm 🍌		Basic 🍌		Hip & Leg 🍌				Release&Strength	
Rin.U		Haruka.i				Maho.o		Arisa.Y		Haruka.i				Mayu	
12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30				12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30				12:00 ~ 13:00	
Basic 🍌		Body Balance				Basic 🍌		Hip & Leg 🍌		Beauty Conditioning 🍌				Waist 🍌	
Haruka.i		Rin.U				Arisa.Y		Haruka.i		Arisa.Y				Arisa.Y	
13:30 ~ 14:30		close				13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30		14:30 ~ 15:30				13:30 ~ 14:30	
Hip & Leg 🍌						Waist 🍌		Back & Arm 🍌		Waist 🍌				Pre Basic 🍌	
Rin.U						Maho.o		Maho.o		Haruka.i				Mayu	
close						close		15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30				close	
				Pilates Barre				Basic 🍌							
				Arisa.Y				Arisa.Y							
				close											
				17:30 ~ 18:30				Waist 🍌							
Maho.o						close		close							
18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00						18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00			
Waist 🍌		Back & Arm 🍌		Back & Spine						Style up Pilates					
Maho.o		Arisa.Y		Mayu						Mayu					
19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30						19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30			
Pilates Barre		Waist 🍌		Basic 🍌		Shape up waist		Shape up waist							
Arisa.Y		Maho.o		Haruka.i		Rin.U		Rin.U							
21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00			
Back&Arm 🍌		Basic 🍌		jump to burn		Pre Basic 🍌				Hip&Leg 🍌		Haruka.i			
Maho.o		Arisa.Y		Mayu		Mayu									

pilatesK 奈良大安寺店		【 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
jump to burn		Basic	Waist	Shape up waist		Style up Pilates	Beauty Conditioning
Mayu		Rin.U	Haruka.i	Rin.U		Mika	Mika
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30
Basic		Hip & Leg	Pre Basic	Basic		Back & Arm	Shape up waist
Arisa.Y		Haruka.i	Mayu	Haruka.i		Maho.o	Rin.U
close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close
		Shape up waist	Body Balance	Back & Arm		Beauty Conditioning	
		Rin.U	Rin.U	Rin.U		Mika	
		close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close	
			Style up Pilates	Waist			
			Mayu	Haruka.i			
			17:30 ~ 18:30				
		Back & Arm					
		Rin.U					
		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		close	
Waist	Back & Arm	Beauty Conditioning	jump to burn	Pre Basic			
Haruka.i	Maho.o	Arisa.Y	Mayu	Mayu			
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	Basic	Waist			
Maho.o	Arisa.Y	Maho.o	Arisa.Y	Arisa.Y			
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
Body Balance	Waist	Basic	Release&Strength	Back & Spine			
Rin.U	Maho.o	Arisa.Y	Mayu	Mayu			

：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。

2026/09/22 更新

pilatesK 奈良大安寺店			【 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	
Style up Pilates		Back & Arm 🌱		Waist 🌱				Pre Basic 🌱		Basic 🌱	
Mayu		Maho.o		Maho.o				Mayu		Arisa.Y	
12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30				12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30	
Waist 🌱		Body Balance		Basic 🌱				Pilates Barre		Back & Arm 🌱	
Arisa.Y		Rin.U		Haruka.i				Arisa.Y		Arisa.Y	
13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30		14:30 ~ 15:30				13:30 ~ 14:30		close	
Basic 🌱		Hip & Leg 🌱		Back & Arm 🌱				jump to burn			
Mayu		Haruka.i		Maho.o				Mayu			
close		15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30				close			
		Waist 🌱		Hip & Leg 🌱							
close		Maho.o		Haruka.i		close					
		close		close							
		17:30 ~ 18:30									
		Shape up waist									
Rin.U		close		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00					
18:00 ~ 19:00				Body Balance		Back & Spine					
Shape up waist				Rin.U		Mayu					
Rin.U				19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30					
19:30 ~ 20:30				Pilates Barre		Back & Arm 🌱		Hip & Leg 🌱			
Arisa.Y				Maho.o		Rin.U					
21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00			
Hip & Leg 🌱		Shape up waist		Release&Strength							
Rin.U				Rin.U		Mayu					

- ※ 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回以上で、翌月の体験可能回数1回に制限されます。