

pilatesK		ビバモール寝屋川		【 09/01 ~ 09/08 】		スケジュール		2026/08/25 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 🌿		Basic 🌿				Basic 🌿		Hip & Leg 🌿		Basic 🌿				Waist 🌿	
Mao.H		Lica.I				Mao.H		mana.N		Mao.H				Lica.I	
12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00				12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30				12:00 ~ 13:00	
Basic 🌿		Hip & Leg 🌿				Hip & Leg 🌿		Basic 🌿		Beauty Conditioning 🌿				Hip & Leg 🌿	
Lica.I		Mio.M				mana.N		Mao.H		mana.N				mana.N	
13:30 ~ 14:30		close				13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30		14:30 ~ 15:30				13:30 ~ 14:30	
Back & Arm 🌿						Beauty Conditioning 🌿		Back & Arm 🌿		Hip & Leg 🌿				Basic 🌿	
Mao.H						Mao.H		mana.N		Mao.H				Lica.I	
close						close		15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30				close	
				Beauty Conditioning 🌿				Back & Arm 🌿							
				Mao.H				mana.N							
				17:30 ~ 18:30											
				Back & Arm 🌿											
mana.N				close		close		close		18:00 ~ 19:00					
18:00 ~ 19:00										18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	
Hip & Leg 🌿		Back & Arm 🌿								Basic 🌿		Waist 🌿		Back & Arm 🌿	
mana.N		mana.N								MIO.M		Lica.I		Mao.H	
19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30								19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	
Beauty Conditioning 🌿		Hip & Leg 🌿								Waist 🌿		Basic 🌿		Hip & Leg 🌿	
Mao.H		Mao.H								Lica.I		MIO.M		mana.N	
21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00								21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	
Back & Arm 🌿		Beauty Conditioning 🌿								Hip & Leg 🌿		Back & Arm 🌿		Beauty Conditioning 🌿	
mana.N		mana.N								MIO.M		Lica.I		Mao.H	

pilatesK ビバモール寝屋川		【 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	
Back & Arm 🌿		Hip & Leg 🌿	Back & Arm 🌿	Basic 🌿		Basic 🌿	Beauty Conditioning 🌿	
Mao.H		MiO.M	Lica.I	Lica.I		MiO.M	Lica.I	
12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	
Waist 🌿		Back & Arm 🌿	Beauty Conditioning 🌿	Hip & Leg 🌿		Back & Arm 🌿	Basic 🌿	
Lica.I		mana.N	mana.N	MiO.M		mana.N	MiO.M	
close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		close	13:30 ~ 14:30	close
		Basic 🌿	Hip & Leg 🌿	Basic 🌿			Hip & Leg 🌿	
		MiO.M	Lica.I	MiO.M			MiO.M	
		close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30			close	
			Back & Arm 🌿	Waist 🌿				
			mana.N	Lica.I				
			17:30 ~ 18:30	close				
			Waist 🌿					
		Lica.I						
	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	
	Basic 🌿	Back & Arm 🌿	Basic 🌿	close	Basic 🌿		Hip & Leg 🌿	
	MiO.M	Mao.H	MiO.M		Lica.I		Mao.H	
	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	
	Beauty Conditioning 🌿	Hip & Leg 🌿	Beauty Conditioning 🌿		Back & Arm 🌿		Waist 🌿	
	mana.N	MiO.M	MiO.M		Mao.H		Lica.I	
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 🌿	Waist 🌿		Basic 🌿			
MiO.M	MiO.M	Mao.H	Lica.I		Mao.H			

🌿：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。

スケジュール

2026/08/25 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 Back & Arm Lica.I	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg MiO.M	10:30 ~ 11:30 Beauty Conditioning mana.N	10:30 ~ 11:30 Basic Mao.H	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Mao.H	10:30 ~ 11:30 Basic Mao.H	close	
	12:00 ~ 13:00 Basic MiO.M	12:00 ~ 13:00 Back & Arm mana.N	12:30 ~ 13:30 Waist Lica.I	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg MiO.M	12:00 ~ 13:00 Beauty Conditioning mana.N	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg mana.N		
	13:30 ~ 14:30 Waist Lica.I	13:30 ~ 14:30 Basic MiO.M	14:30 ~ 15:30 Back & Arm mana.N	13:30 ~ 14:30 Waist Lica.I	13:30 ~ 14:30 Basic Mao.H	13:30 ~ 14:30 Beauty Conditioning mana.N		
	close	15:00 ~ 16:00 Beauty Conditioning mana.N	16:30 ~ 17:30 Basic Lica.I	15:00 ~ 16:00 Back & Arm Mao.H	15:00 ~ 16:00 Hip & Leg mana.N	15:00 ~ 16:00 Basic Mao.H		
		close	17:30 ~ 18:30 Basic MiO.M	close	17:30 ~ 18:30 Hip & Leg MiO.M	17:30 ~ 18:30 Basic Mao.H		17:30 ~ 18:30 Back & Arm mana.N
			close		close	close		close
		18:00 ~ 19:00 Basic Lica.I	18:00 ~ 19:00 Beauty Conditioning Mao.H	close	close	close		18:00 ~ 19:00 Back & Arm mana.N
	19:30 ~ 20:30 Back & Arm Mao.H	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg MiO.M	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg MiO.M					
	21:00 ~ 22:00 Waist Lica.I	21:00 ~ 22:00 Basic MiO.M	21:00 ~ 22:00 Basic MiO.M					

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
Basic 🍌	Back & Arm 🍌	Basic 🍌		Basic 🍌	Hip & Leg 🍌
Lica.I	mana.N	MIo.M		MIo.M	mana.N
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00
Beauty Conditioning 🍌	Basic 🍌	Back & Arm 🍌		Hip & Leg 🍌	Basic 🍌
Mao.H	Mao.H	mana.N		MIo.M	未定
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close
Back & Arm 🍌	Hip & Leg 🍌	Beauty Conditioning 🍌		Back & Arm 🍌	
Lica.I	mana.N	Mao.H		Mao.H	
close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close	
	Back & Arm 🍌	Basic 🍌			
	Mao.H	MIo.M			
	17:30 ~ 18:30				
	Beauty Conditioning 🍌				
mana.N	close				
18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	
Basic 🍌		Basic 🍌		Back & Arm 🍌	
MIo.M		Lica.I		Mao.H	
19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	
Waist 🍌		Beauty Conditioning 🍌		Basic 🍌	
Lica.I		mana.N	Lica.I		
21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		
Hip & Leg 🍌		Waist 🍌	Beauty Conditioning 🍌		
MIo.M		Lica.I	Mao.H		

※時間外キャンセルが目3回以上で、翌日の予約可能回数が1回に制限されます