

pilatesK 奈良大安寺店

【 10/01 ~ 10/08 】 スケジュール

2026/09/12 更新

10/01	10/02	10/03	10/04	10/05	10/06	10/07	10/08
木	金	土	日	月	火	水	木
close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close
	Basic 🍃	Hip & Leg 🍃	Back & Arm 🍃		Pilates Barre	Beauty Conditioning 🍃	
	未定	Haruka.i	Maho.O		Arisa.Y	Arisa.Y	
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	
	Hip & Leg 🍃	Advance	Shape up waist		Basic 🍃	Hip & Leg 🍃	
	Rin.U	Mayu	Rin.U		Haruka.i	Rin.U	
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30		
	Back & Arm 🍃	Waist 🍃	Basic 🍃		Back & Arm 🍃		
	Maho.O	Haruka.i	未定		Arisa.Y		
	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close		
		Back & Spine	Body Balance				
		Mayu	Rin.U				
		close					
	17:30 ~ 18:30						
Basic 🍃							
Arisa.Y							
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		
Style up Pilates	Basic 🍃		Shape up waist	Basic 🍃	Waist 🍃		
Mayu	Haruka.i		Rin.U	未定	Arisa.Y		
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
Back & Arm 🍃	Body Balance		Release&Strength	Advance	Basic 🍃		
Arisa.Y	Rin.U		Mayu	Mayu	Haruka.i		
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		
Pre Basic 🍃	Waist 🍃		Basic 🍃	Waist 🍃	Pilates Barre		
Mayu	Haruka.i		Rin.U	Maho.O	Arisa.Y		

pilatesK 奈良大安寺店

【 10/09 ~ 10/16 】 スケジュール

10/09	10/10	10/11	10/12	10/13	10/14	10/15	10/16
金	土	日	月	火	水	木	金
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30
Hip & Leg 🌿	Style up Pilates	Basic 🌿		Back & Arm 🌿	Basic 🌿		Style up Pilates
Rin.U	Mayu	Riko.O		Maho.O	Maho.O		Mayu
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00
Basic 🌿	Back & Arm 🌿	Release&Strength		Shape up waist	Body Balance		Waist 🌿
Maho.O	Maho.O	Mayu		Rin.U	Rin.U		Haruka.i
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30
Shape up waist	Basic 🌿	Waist 🌿		Basic 🌿		Pre Basic 🌿	
Rin.U	Rin.U	Riko.O		Maho.O		Mayu	
close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close		close	
	Hip & Leg 🌿	Style up Pilates					
	Mayu	Mayu					
	close	close					
17:30 ~ 18:30	close	close					
Waist 🌿							
Maho.O							
18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
Hip & Leg 🌿	close	close	18:00 ~ 19:00	Basic 🌿	Waist 🌿	Back & Arm 🌿	Basic 🌿
Haruka.i			Arisa.Y	Haruka.i	Maho.O	Rin.U	
19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
Waist 🌿			Waist 🌿	Pilates Barre	Body Balance	Back & Arm 🌿	
Maho.O			Haruka.i	Arisa.Y	Rin.U	Maho.O	
21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
Basic 🌿			Beauty Conditioning 🌿	Hip & Leg 🌿	Basic 🌿	Hip & Leg 🌿	
Haruka.i	Arisa.Y	Haruka.i	Maho.O	Rin.U			

🍃：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 奈良大安寺店

【 10/17 ~ 10/24 】 スケジュール

2026/09/12 更新

10/17	10/18	10/19	10/20	10/21	10/22	10/23	10/24							
土	日	月	火	水	木	金	土							
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30							
Waist 🇯🇵	Waist 🇯🇵		Basic 🇯🇵	Hip & Leg 🇯🇵		Basic 🇯🇵	Back & Arm 🇯🇵							
Haruka.i	Mayu		Haruka.i	Haruka.i		Maho.O	Maho.O							
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00							
Release&Strength	Pilates Barre		Beauty Conditioning 🇯🇵	Basic 🇯🇵		Pilates Barre	Basic 🇯🇵							
Mayu	Arisa.Y		Arisa.Y	Maho.O		Arisa.Y	Arisa.Y							
13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30							
Back & Arm 🇯🇵	Basic 🇯🇵		Hip & Leg 🇯🇵			Back & Arm 🇯🇵	Shape up waist							
Arisa.Y	Mayu		Haruka.i			Maho.O	Rin.U							
15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close			close	15:00 ~ 16:00							
Pre Basic 🇯🇵	Body Balance						Beauty Conditioning 🇯🇵							
Mayu	Rin.U						Arisa.Y							
close	close						close							
17:30 ~ 18:30							17:30 ~ 18:30							
Pilates Barre							Hip & Leg 🇯🇵							
Arisa.Y							Rin.U							
close			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close							
			Waist 🇯🇵	Beauty Conditioning 🇯🇵	Basic 🇯🇵	Back & Spine								
			Maho.O	Arisa.Y	Rin.U	Mayu								
			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30								
			Pilates Barre	Waist 🇯🇵	Hip & Leg 🇯🇵	Waist 🇯🇵								
			Arisa.Y	Haruka.i	Haruka.i	Rin.U								
			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00								
			Back & Arm 🇯🇵	Basic 🇯🇵	Shape up waist	Pre Basic 🇯🇵								
			Maho.O	Arisa.Y	Rin.U	Mayu								

pilatesK 奈良大安寺店

【 10/25 ~ 10/31 】 スケジュール

10/25	10/26	10/27	10/28	10/29	10/30	10/31					
日	月	火	水	木	金	土					
10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30					
Style up Pilates		Pilates Barre	Basic 🍃		Waist 🍃	Basic 🍃					
Mayu		Arisa.Y	Arisa.Y		Maho.O	Haruka.I					
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00					
Hip & Leg 🍃		Body Balance	Back & Arm 🍃		Advance	Waist 🍃					
Haruka.I		Rin.U	Nami		Mayu	Arisa.Y					
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30					
Back & Spine		Waist 🍃			Basic 🍃	Style up Pilates					
Mayu		Arisa.Y			Maho.O	Mayu					
16:30 ~ 17:30		close			close	close	15:00 ~ 16:00				
Basic 🍃							Hip & Leg 🍃				
Haruka.I							Haruka.I				
close							close	close	close	close	
										17:30 ~ 18:30	
										Shape up waist	
										Rin.U	
			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00						18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
			Pre Basic 🍃	Hip & Leg 🍃						Back & Arm 🍃	Beauty Conditioning 🍃
			Mayu	Haruka.I						Rin.U	Arisa.Y
		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30						
		Back & Arm 🍃	Basic 🍃	Waist 🍃	Style up Pilates						
		Maho.O	Maho.O	Haruka.I	Mayu						
21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00							
Shape up waist		Waist 🍃	Basic 🍃	Back & Arm 🍃							
Mayu		Haruka.I	Rin.U	Arisa.Y							

🌱: 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。