

pilatesK		イナツナ名西店		【 10/01 ~ 10/08 】		スケジュール		2026/09/19 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	
		Beauty Conditioning 🌿		Back & Arm 🌿		Basic 🌿				Waist 🌿		Shape up waist			
		Yukina.K		Haruka.K		Anzu.M				Yukina.K		Kayan.C			
		12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30				12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00			
		Waist 🌿		Basic 🌿		Pilates Workout				Basic 🌿		Pre Basic 🌿			
		Haruna.F		Haruna.F		Yukina.K				Anzu.M		Saki.Y			
		13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30		14:30 ~ 15:30				13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30			
		Pilates Workout		Body Balance		Waist 🌿				Beauty Conditioning 🌿		Hip & Leg 🌿			
		Yukina.K		Yukina.K		Haruna.F				Yukina.K		Haruka.K			
		close		close		15:00 ~ 16:00				16:30 ~ 17:30		close			
Hip & Leg 🌿						Back & Arm 🌿									
Haruka.K						Haruka.K									
16:30 ~ 17:30															
Waist 🌿															
Haruna.F															
18:00 ~ 19:00															
jump to burn		close													
Yukina.K															
18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00							
Body Balance				Pilates Barre		Hip & Leg 🌿		Waist 🌿		Basic 🌿					
Haruka.K				Kayan.C		Haruka.K		Haruna.F		Haruna.F					
19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30					
Hip & Leg 🌿		Basic 🌿		close		Back & Arm 🌿		jump to burn		Back & Arm 🌿					
Saki.Y		Anzu.M				Yukina.K		Yukina.K		Haruka.K					
21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00					
Basic 🌿		Release&Strength				Body Balance		Basic 🌿		Hip & Leg 🌿					
Anzu.M		Saki.Y				Haruka.K		Haruna.F		Haruka.K					

pilatesK イナツナ名西店		【 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 🌿	Pilates Barre	Waist 🌿		Basic 🌿	Pre Basic 🌿		Pilates Workout
Saki.Y	Kayan.C	Haruna.F		Anzu.M	Saki.Y		Yukina.K
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00
Pre Basic 🌿	Waist 🌿	Basic 🌿		Back & Arm 🌿	Release&Strength		Hip & Leg 🌿
Saki.Y	Haruna.F	Haruna.F		Haruka.K	Saki.Y		Saki.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
Beauty Conditioning 🌿	Basic 🌿	Hip & Leg 🌿		Body Balance	Basic 🌿		Release&Strength
Yukina.K	Anzu.M	Haruka.K		Haruka.K	Anzu.M		Saki.Y
close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close	close		close
	Waist 🌿	Pilates Workout					
	Haruna.F	Yukina.K					
	16:30 ~ 17:30						
	jump to burn						
	Kayan.C						
	18:00 ~ 19:00						
18:00 ~ 19:00	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		
Back & Arm 🌿		Pre Basic 🌿	Basic 🌿	Waist 🌿	Basic 🌿		
Haruka.K		Saki.Y	Haruna.F	Yukina.K	Anzu.M		
19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
Body Balance		Pilates Workout	Waist 🌿	Basic 🌿	Pilates Barre		
Haruka.K		Yukina.K	Haruna.F	Anzu.M	Kayan.C		
21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		
Basic 🌿	Hip & Leg 🌿	Back & Arm 🌿	jump to burn	Beauty Conditioning 🌿			
Anzu.M	Saki.Y	Haruka.K	Yukina.K	Yukina.K			

🌿：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。

pilatesK イナカ名西店		【 10/17 ~ 10/24 】 スケジュール						2026/09/19 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	
Basic 🇯🇵	jump to burn		Beauty Conditioning 🇯🇵	Basic 🇯🇵		Back&Arm 🇯🇵	Pilates Barre	
Haruna.F	Yukina.K		Yukina.K	Anzu.M		Haruka.K	Kayan.C	
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	
Body Balance	Back&Arm 🇯🇵		Pilates Barre	Back&Arm 🇯🇵		Basic 🇯🇵	Hip&Leg 🇯🇵	
Haruka.K	Yukina.K		Kayan.C	Yukina.K		Haruna.F	Anzu.M	
13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	
Pilates Barre	Basic 🇯🇵		Pilates Workout	Pre Basic 🇯🇵		Waist 🇯🇵	Release&Strength	
Kayan.C	Anzu.M		Yukina.K	Saki.Y		Haruna.F	Saki.Y	
15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close	close		close	close	15:00 ~ 16:00
Pre Basic 🇯🇵	Waist 🇯🇵							Basic 🇯🇵
Saki.Y	Haruna.F							Anzu.M
16:30 ~ 17:30	close							16:30 ~ 17:30
Shape up waist								jump to burn
Kayan.C								Kayan.C
18:00 ~ 19:00								18:00 ~ 19:00
Waist 🇯🇵		Pre Basic 🇯🇵						
Haruna.F		Saki.Y						
close	close	18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00
		Shape up waist	Hip&Leg 🇯🇵	Back&Arm 🇯🇵	Body Balance			
		Kayan.C	Haruka.K	Haruka.K	Haruka.K			
		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
		Release&Strength	Pilates Barre	Hip&Leg 🇯🇵	Pre Basic 🇯🇵			
		Saki.Y	Kayan.C	Anzu.M	Saki.Y			
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				
Pre Basic 🇯🇵	Waist 🇯🇵	Basic 🇯🇵	Hip&Leg 🇯🇵					
Saki.Y	Haruna.F	Haruna.F	Saki.Y					

pilatesK イナカ名西店		【 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		
Body Balance		Hip & Leg 🌿	Shape up waist		jump to burn	Pre Basic 🌿		
Haruka.K		Anzu.M	Kayan.C		Yukina.K	Kayan.C		
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		
Waist 🌿		Pre Basic 🌿	Pilates Barre		Body Balance	Back & Arm 🌿		
Yukina.K		Saki.Y	Kayan.C		Yukina.K	Haruka.K		
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		
Back & Arm 🌿		Basic 🌿	Release&Strength		Back & Arm 🌿	Waist 🌿		
Haruka.K		Anzu.M	Saki.Y		Haruka.K	Haruna.F		
16:30 ~ 17:30		close	close		close	close	15:00 ~ 16:00	
Pilates Workout							Basic 🌿	
Yukina.K							Haruna.F	
close							16:30 ~ 17:30	
							Beauty Conditioning 🌿	
							Yukina.K	
							18:00 ~ 19:00	
							Hip & Leg 🌿	
							Anzu.M	
							close	18:00 ~ 19:00
jump to burn	Beauty Conditioning 🌿			Basic 🌿				Waist 🌿
Yukina.K	Yukina.K	Haruna.F	Haruna.F					
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30					
Back & Arm 🌿	Pilates Workout	Waist 🌿	Basic 🌿					
Haruka.K	Yukina.K	Haruna.F	Anzu.M					
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00					
Waist 🌿	Pre Basic 🌿	Back & Arm 🌿	Hip & Leg 🌿					
Yukina.K	Saki.Y	Haruka.K	Anzu.M					

 : 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。