

pilatesK 奈良大安寺店

【 10/01 ~ 10/08 】 スケジュール

2026/09/25 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 🍌	Style up Pilates	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	close	
	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	Waist 🍌	Basic 🍌		
Arisa.Y	Rin.U		Mayu	Maho.O	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 🍌	Style up Pilates	Pilates Barre		
Mayu	Haruka.i	Rin.U	Mayu	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 🏊		Waist 🏊	Basic 🏊		Style up Pilates
Rin.U	Mayu	Riko.O		Mayu	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		Mayu			Mayu
close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close			close
	Hip & Leg 🏊	Style up Pilates					
	Mayu	Mayu					
	close						
	17:30 ~ 18:30						
Waist 🏊							
Maho.O							
18:00 ~ 19:00	close	close		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
Hip & Leg 🏊			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 🏊			Hip & Leg 🏊	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 奈良大安寺店		【 10/17 ~ 10/24 】 スケジュール						2026/09/25 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	Maho.O		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	Maho.O		Haruka.i			Maho.O	Rin.U			
15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close			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 🍃		Style up Pilates	Waist 🍃					
Haruka.i		Rin.U	Cocomi.O		Mayu	Arisa.Y					
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	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	close
	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 🍃	Shape up waist							
	Maho.O	Maho.O	Haruka.i	Mayu							
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00								
Style up Pilates	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。