

pilatesK 奈良大安寺店

【 10/01 ~ 10/08 】 スケジュール

2026/10/02 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	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	
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 🌈	close	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	close						
18:00 ~ 19:00							
Hip & Leg 🏊							
Haruka.i							
19:30 ~ 20:30							
Waist 🏊							
Maho.O							
21:00 ~ 22:00							
Basic 🏊							
Haruka.i							
					</		

🟢：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

2026/10/02 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								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	Rin.U		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			
										close	close	close	close
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。