

2026/10/13 更新

pilatesK 奈良大安寺店		【 11/09 ~ 11/16 】		スケジュール				
11/09	11/10	11/11	11/12	11/13	11/14	11/15	11/16	
月	火	水	木	金	土	日	月	
close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	
	Basic 🍌	Pilates Barre		Style up Pilates	Back & Arm 🍌	Body Balance		
	Maho.O	Arisa.Y		Arisa.Y	Rin.U	Rin.U		
	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		
	Style up Pilates	Release&Strength		Waist 🍌	Pilates Cardio	Hip&Leg 🍌		
	未定	Rin.U		Haruka.i	Riri.O	Haruka.i		
	13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		
	Back & Arm 🍌			Basic 🍌	Waist 🍌	Shape up waist		
	Maho.O			Arisa.Y	Maho.O	Rin.U		
	close			close	close	15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30
						Release&Strength		Basic 🍌
						Rin.U		Haruka.i
						close		close
						17:30 ~ 18:30		
						Basic 🍌		
	18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		close
	Waist 🍌	Basic 🍌		Shape up waist	Hip & Leg 🍌			
	Haruka.i	Riri.O		Rin.U	Rin.U			
	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
	Pre Basic 🍌	Hip & Leg 🍌		Pre Basic 🍌	Back & Arm 🍌			
Riri.O	Haruka.i	Nanaco.O	Maho.O					
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00					
Beauty Conditioning 🍌	Back & Arm 🍌	Body Balance	Basic 🍌					
Haruka.i	Riri.O	Rin.U	Rin.U					

- ※ 体験可能レッスン
- ※ クラスの種類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週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2回以上で、翌月の体験可能回数が1回に制限されます。

pilatesK 奈良大安寺店

【 11/17 ~ 11/24 】 スケジュール

2026/10/13 更新

11/17	11/18	11/19	11/20	11/21	11/22	11/23	11/24	
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	
Release&Strength	Pilates Cardio		Waist 🌿	Pre Basic 🌿	Waist 🌿		Shape up waist	
Rin.U	Riri.O		Maho.O	Nanaco.O	Maho.O		Riri.O	
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	
Pilates Barre	Basic 🌿		Basic 🌿	Hip & Leg 🌿	Basic 🌿		Body Balance	
Arisa.Y	Rin.U		Haruka.i	Rin.U	Arisa.Y		Rin.U	
13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	
Waist 🌿			Back & Arm 🌿	Beauty Conditioning 🌿	Back & Arm 🌿		Pre Basic 🌿	
Rin.U			Maho.O	Haruka.i	Maho.O		Riri.O	
close			close	close	15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30	close
					Shape up waist		Style up Pilates	
					Rin.U		Arisa.Y	
					close		close	
					17:30 ~ 18:30			
					Waist 🌿			
					Haruka.i			
					close			
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	18:00 ~ 19:00			
Basic 🌿	Pilates Barre	Waist 🌿	Beauty Conditioning 🌿		Back & Arm 🌿			
Haruka.i	Arisa.Y	Rin.U	Arisa.Y		Maho.O			
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30			
Style up Pilates	Waist 🌿	Back & Arm 🌿	Shape up waist		Pilates Barre			
Arisa.Y	Maho.O	Arisa.Y	Rin.U		Arisa.Y			
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00			
Hip & Leg 🌿	Basic 🌿	Release&Strength	Style up Pilates		Basic 🌿			
Haruka.i	Arisa.Y	Rin.U	Arisa.Y		Maho.O			

pilatesK 奈良大安寺店

【 11/25 ~ 】 スケジュール

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