

pilatesK 南草津店

【 11/01 ~ 11/08 】 スケジュール

2026/10/13 更新

11/01	11/02	11/03	11/04	11/05	11/06	11/07	11/08
日	月	火	水	木	金	土	日
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close
Hip & Leg 🍃	Basic 🍃	Back & Spine	Pre Basic 🍃		Shape up waist	jump to burn	
HaRuKa.Y	HaRuKa.Y	Haruka.N	Haruka.N		Ayu	Haruka.N	
12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	
Pilates Barre	Back & Arm 🍃	Basic 🍃	Pilates Cardio		Body Balance	Back & Arm 🍃	
Ayu	Kanako.i	Kanako.i	Ayu		Haruka.N	Kanako.i	
14:30 ~ 15:30	close	13:30 ~ 14:30	14:00 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	
Waist 🍃		Hip & Leg 🍃	お試し見学会		Back & Arm 🍃	Basic 🍃	
HaRuKa.Y		Haruka.N	Haruka.N		Ayu	Haruka.N	
16:30 ~ 17:30		15:00 ~ 16:00	close		close	15:00 ~ 16:00	
Beauty Conditioning 🍃		Basic 🍃				Waist 🍃	
Ayu		Kanako.i				Kanako.i	
		close				close	
		17:30 ~ 18:30				17:30 ~ 18:30	
		Body Balance				Back & Spine	
		Haruka.N				Haruka.N	
		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		
	Pre Basic 🍃		Pilates Barre	Back & Spine	Pre Basic 🍃		
	Haruka.N		Ayu	Haruka.N	Haruka.N		
	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
	Waist 🍃		Hip & Leg 🍃	Basic 🍃	Waist 🍃		
	Kanako.i		HaRuKa.Y	Kanako.i	Kanako.i		
	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		
	jump to burn		Basic 🍃	Beauty Conditioning 🍃	Basic 🍃		
	Haruka.N		HaRuKa.Y	Haruka.N	Kanako.i		

pilatesK 南草津店

【 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	
	Beauty Conditioning 🌿	Waist 🌿		Pre Basic 🌿	Back & Arm 🌿	Basic 🌿		
	Ayu	HaRuKa.Y		anna	HaRuKa.Y	anna		
	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		
	Hip & Leg 🌿	Basic 🌿		Back & Spine	Basic 🌿	Hip & Leg 🌿		
	Shio.K	HaRuKa.Y		anna	Kanako.I	Shio.K		
	13:30 ~ 14:30	14:00 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		
	Pilates Barre	お試し見学会		Basic 🌿	Waist 🌿	Pre Basic 🌿		
	Ayu	Ayu		HaRuKa.Y	HaRuKa.Y	anna		
	close	close		close	close	15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30
						Basic 🌿		Pilates Cardio
						Kanako.I		Shio.K
						close		
						17:30 ~ 18:30		
	Hip & Leg 🌿							
	HaRuKa.Y							
	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			
	Pilates Cardio	Back & Arm 🌿		Basic 🌿	Beauty Conditioning 🌿			
	Shio.K	Shio.K		HaRuKa.Y	Ayu			
	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
	Back & Arm 🌿	Body Balance		Shape up waist	jump to burn			
	Kanako.i	Ayu		Ayu	Ayu			
	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
	Basic 🌿	Hip & Leg 🌿		Basic 🌿	Waist 🌿			
	Kanako.i	Shio.K		HaRuKa.Y	HaRuKa.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 南草津店		【 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	
Hip & Leg 🍃		Body Balance				Back & Arm 🍃		Basic 🍃		Shape up waist				Basic 🍃	
Mion.t		Ayu				Shio.K		Kanao.i		Ayu				HaRuKa.Y	
12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30				12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30				12:00 ~ 13:00	
Basic 🍃		Waist 🍃				Pilates Barre		Pilates Cardio		Basic 🍃				Waist 🍃	
HaRuKa.Y		Kanao.i				Shio.K		Ayu		HaRuKa.Y				Kanao.i	
13:30 ~ 14:30		14:00 ~ 14:30				13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30		14:30 ~ 15:30				13:30 ~ 14:30	
Back & Arm 🍃		お試し見学会				Waist 🍃		Basic 🍃		jump to burn				Basic 🍃	
Mion.t		Ayu				HaRuKa.Y		Kanao.i		Ayu				HaRuKa.Y	
close		close				close		close		15:00 ~ 16:00				16:30 ~ 17:30	
				Beauty Conditioning 🍃						Waist 🍃					
				Ayu						HaRuKa.Y					
				16:30 ~ 17:00											
				お試し見学会											
				Ayu											
17:30 ~ 18:30		Back & Arm 🍃													
Kanao.i															
18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00						18:00 ~ 19:00			
Shape up waist		Basic 🍃		Waist 🍃		Basic 🍃						Beauty Conditioning 🍃			
Ayu		Shio.K		HaRuKa.Y		Kanao.i						Ayu			
19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30						19:30 ~ 20:30			
Basic 🍃		Back & Spine		Pilates Cardio		Hip & Leg 🍃						Back & Arm 🍃			
Kanao.i		anna		Shio.K		HaRuKa.Y						Kanao.i			
21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00						21:00 ~ 22:00			
Beauty Conditioning 🍃		Pilates Barre		Hip & Leg 🍃		Basic 🍃						Pilates Barre			
Ayu		Shio.K		HaRuKa.Y		Kanao.i						Ayu			

pilatesK 南草津店		【 11/25 ~ 11/30 】				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	
Back & Arm 🌿		Pilates Barre	Beauty Conditioning 🌿	Basic 🌿		
Kanako.i		Shio.K	Ayu	HaRuKa.Y		
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		
Basic 🌿		Hip & Leg 🌿	Basic 🌿	Pilates Cardio		
Kanako.i		Ayu	Kanako.i	Shio.K		
14:00 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		
お試し見学会		Basic 🌿	jump to burn	Hip & Leg 🌿		
Ayu		Shio.K	Ayu	HaRuKa.Y		
close		close	close	15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30
				Back & Arm 🌿		Pilates Barre
				Kanako.i		Shio.K
				16:30 ~ 17:00		
				お試し見学会		
				Ayu		
17:30 ~ 18:30						
Basic 🌿						
Kanako.i						
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00				
Hip & Leg 🌿	Pre Basic 🌿	Back & Arm 🌿				
HaRuKa.Y	anna	Kanako.i				
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				
Basic 🌿	Shape up waist	Body Balance				
nina.y	anna	Ayu				
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				
Waist 🌿	Pilates Cardio	Waist 🌿				
HaRuKa.Y	Shio.K	Kanako.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。