pilatesK　大津テラス　【　11/01　～　11/08　】　スケジュール

2026/10/22　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 Back＆Arm Mei.I	10:30 ～ 11:30 Pre Basic Natsumi.F	10:30 ～ 11:30 Basic rinna.y	10:30 ～ 11:30 Waist rinna.y	close	10:30 ～ 11:30 Hip＆Leg Mei.I	10:30 ～ 11:30 Back＆Arm Mei.I	close
12:30 ～ 13:30 Body Balance Kana.S	12:30 ～ 13:30 Waist rinna.y	12:00 ～ 13:00 Pilates Workout Natsumi.F	12:30 ～ 13:30 Beauty Conditioning Natsumi.F		12:00 ～ 13:00 Pre Basic Natsumi.F	12:00 ～ 13:00 Waist rinna.y	
14:30 ～ 15:30 Hip＆Leg Mei.I	close	13:30 ～ 14:30 Hip＆Leg Mei.I	14:00 ～ 14:30 お試し見学会 Natsumi.F		13:30 ～ 14:30 Back＆Arm Mei.I	13:30 ～ 14:30 Hip＆Leg Mei.I	
16:30 ～ 17:30 Style up Pilates Kana.S		15:00 ～ 16:00 Release&Strength Natsumi.F	close		close	15:00 ～ 16:00 Waist rinna.y	
close		close				close	
	18:00 ～ 19:00 Basic rinna.y	17:30 ～ 18:30 Back＆Arm Mei.I	18:00 ～ 19:00 Hip＆Leg Mei.I	18:00 ～ 19:00 Basic rinna.y	18:00 ～ 19:00 Pilates Cardio Kana.S	17:30 ～ 18:30 Basic rinna.y	
	19:30 ～ 20:30 Back＆Arm Mei.I	close	19:30 ～ 20:30 Basic Natsumi.F	19:30 ～ 20:30 Pre Basic Natsumi.F	19:30 ～ 20:30 Beauty Conditioning Natsumi.F	close	
	21:00 ～ 22:00 Hip＆Leg Mei.I		21:00 ～ 22:00 Back＆Arm Mei.I	21:00 ～ 22:00 Waist rinna.y	21:00 ～ 22:00 Back＆Spine Kana.S		

pilatesK　大津テラス　【　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 Style up Pilates Kana.S	10:30 ～ 11:30 Basic rinna.y	close	10:30 ～ 11:30 Pilates Cardio Kana.S	10:30 ～ 11:30 Beauty Conditioning Natsumi.F	10:30 ～ 11:30 Basic Natsumi.F	close
	12:00 ～ 13:00 Back＆Arm Mei.I	12:30 ～ 13:30 Back＆Spine Kana.S		12:00 ～ 13:00 Hip＆Leg Mei.I	12:00 ～ 13:00 Hip＆Leg Mei.I	12:30 ～ 13:30 Back＆Spine Kana.S	
	13:30 ～ 14:30 Body Balance Kana.S	14:00 ～ 14:30 お試し見学会 Kana.S		13:30 ～ 14:30 Style up Pilates Kana.S	13:30 ～ 14:30 Back＆Arm Mei.I	14:30 ～ 15:30 Release&Strength Natsumi.F	
	close	close		close	15:00 ～ 16:00 Pilates Workout Natsumi.F	16:30 ～ 17:30 Style up Pilates Kana.S	
					1630 ～ 1700 お試し見学会 Natsumi.F	close	
					17:30 ～ 18:30 Pre Basic Natsumi.F		
	18:00 ～ 19:00 Waist rinna.y	18:00 ～ 19:00 Pilates Cardio Kana.S	18:00 ～ 19:00 Style up Pilates Kana.S	18:00 ～ 19:00 Release&Strength Natsumi.F	close		
	19:30 ～ 20:30 Hip＆Leg Mei.I	19:30 ～ 20:30 Pre Basic Honoka.K	19:30 ～ 20:30 Back＆Arm Mei.I	19:30 ～ 20:30 Basic rinna.y			
	21:00 ～ 22:00 Basic rinna.y	21:00 ～ 22:00 Beauty Conditioning Honoka.K	21:00 ～ 22:00 Back＆Spine Kana.S	21:00 ～ 22:00 Pre Basic Natsumi.F			

🔰：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　大津テラス　【　11/17　～　11/24　】　スケジュール

2026/10/22　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 Beauty Conditioning 🔰 Natsumi.F	10:30 ～ 11:30 Waist 🔰 rinna.y	close	10:30 ～ 11:30 Style up Pilates Kana.S	10:30 ～ 11:30 Back＆Spine Kana.S	10:30 ～ 11:30 Waist 🔰 rinna.y	close	10:30 ～ 11:30 Pre Basic 🔰 Natsumi.F
12:00 ～ 13:00 Waist 🔰 rinna.y	12:30 ～ 13:30 Basic 🔰 Mei.I		12:00 ～ 13:00 Pilates Cardio Kana.S	12:00 ～ 13:00 Body Balance Kana.S	12:30 ～ 13:30 Basic 🔰 rinna.y		12:00 ～ 13:00 Hip＆Leg 🔰 Mei.I
13:30 ～ 14:30 Pre Basic 🔰 Natsumi.F	close		13:30 ～ 14:30 Back＆Arm 🔰 Mei.I	13:30 ～ 14:30 Basic 🔰 rinna.y	14:30 ～ 15:30 Back＆Spine Kana.S		13:30 ～ 14:30 Beauty Conditioning 🔰 Natsumi.F
close			close	15:00 ～ 16:00 Style up Pilates Kana.S 1630 ～ 1700 お試し見学会 Kana.S 17:30 ～ 18:30 Back＆Arm 🔰 rinna.y	16:30 ～ 17:30 Pilates Cardio Kana.S	close	close
18:00 ～ 19:00 Basic 🔰 Mei.I	18:00 ～ 19:00 Release&Strength Natsumi.F	18:00 ～ 19:00 Back＆Spine Kana.S	18:00 ～ 19:00 Waist 🔰 rinna.y	close	close		18:00 ～ 19:00 Back＆Arm 🔰 rinna.y
19:30 ～ 20:30 Back＆Arm 🔰 rinna.y	19:30 ～ 20:30 Hip＆Leg 🔰 Mei.I	19:30 ～ 20:30 Body Balance Kana.S	19:30 ～ 20:30 Pre Basic 🔰 Natsumi.F				19:30 ～ 20:30 Style up Pilates Kana.S
21:00 ～ 22:00 Hip＆Leg 🔰 Mei.I	21:00 ～ 22:00 Pilates Workout Natsumi.F	21:00 ～ 22:00 Basic 🔰 Mei.I	21:00 ～ 22:00 Basic 🔰 rinna.y				21:00 ～ 22:00 Basic 🔰 rinna.y

pilatesK　大津テラス　【　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 Basic 🔰 Mei.I	close	10:30 ～ 11:30 Back＆Arm 🔰 rinna.y	10:30 ～ 11:30 Waist 🔰 rinna.y	10:30 ～ 11:30 Pre Basic 🔰 Natsumi.F	close
12:30 ～ 13:30 Back＆Spine Kana.S		12:00 ～ 13:00 Style up Pilates Kana.S	12:00 ～ 13:00 Basic 🔰 Mei.I	12:30 ～ 13:30 Back＆Spine Kana.S	
1400 ～ 1430 お試し見学会 Kana.S		13:30 ～ 14:30 Waist 🔰 rinna.y	13:30 ～ 14:30 Back＆Arm 🔰 rinna.y	14:30 ～ 15:30 Basic 🔰 rinna.y	
close		close	15:00 ～ 16:00 Hip＆Leg 🔰 Mei.I close 17:30 ～ 18:30 Basic 🔰 Mei.I	16:30 ～ 17:30 Body Balance Kana.S close	
18:00 ～ 19:00 Pilates Workout Natsumi.F	18:00 ～ 19:00 Hip＆Leg 🔰 Mei.I	18:00 ～ 19:00 Pre Basic 🔰 Natsumi.F	close	close	
19:30 ～ 20:30 Release&Strength Natsumi.F	19:30 ～ 20:30 Basic 🔰 Kana.S	19:30 ～ 20:30 Pilates Cardio Kana.S			
21:00 ～ 22:00 Waist 🔰 rinna.y	21:00 ～ 22:00 Back＆Arm 🔰 Mei.I	21:00 ～ 22:00 Release&Strength Natsumi.F			

🔰：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。