

pilatesK 大津テラス

【 11/01 ~ 11/08 】 スケジュール

2026/10/14 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
Basic 🌈	Pre Basic 🌈	Back & Arm 🌈	Waist 🌈		Hip & Leg 🌈	Basic 🌈	
Mei.I	Natsumi.F	rinna.y	rinna.y		Mei.I	Mei.I	
12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	
Body Balance	Waist 🌈	Pilates Workout	Beauty Conditioning 🌈		Pre Basic 🌈	Waist 🌈	
Kana.S	rinna.y	Natsumi.F	Natsumi.F		Natsumi.F	rinna.y	
14:30 ~ 15:30	close	13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	
Hip & Leg 🌈		Hip & Leg 🌈			Back & Arm 🌈	Hip & Leg 🌈	
Mei.I		Mei.I			Mei.I	Mei.I	
16:30 ~ 17:30		15:00 ~ 16:00			close	15:00 ~ 16:00	
Style up Pilates		Release&Strength				Back & Arm 🌈	
Kana.S		Natsumi.F				rinna.y	
close		close				close	
		17:30 ~ 18:30				17:30 ~ 18:30	
		Basic 🌈				Basic 🌈	
		Mei.I				rinna.y	
	18:00 ~ 19:00	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	
	Back & Arm 🌈		Basic 🌈	Back & Arm 🌈	Pilates Cardio		
	rinna.y		Mei.I	rinna.y	Kana.S		
	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
Basic 🌈	Hip & Leg 🌈		Pre Basic 🌈	Beauty Conditioning 🌈			
Mei.I	Natsumi.F		Natsumi.F	Natsumi.F			
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
Hip & Leg 🌈	Back & Arm 🌈	Waist 🌈	Back & Spine				
Mei.I	Mei.I	rinna.y	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	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close			
	Style up Pilates	Basic 🇯🇵		Pilates Cardio	Beauty Conditioning 🇯🇵	Basic 🇯🇵				
	Kana.S	rinna.y		Kana.S	Natsumi.F	Natsumi.F				
	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30				
	Basic 🇯🇵	Back & Spine		Hip & Leg 🇯🇵	Basic 🇯🇵	Back & Spine				
	Mei.I	Kana.S		Mei.I	Mei.I	Kana.S				
	13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30				
	Body Balance			Style up Pilates	Back & Arm 🇯🇵	Release&Strength				
	Kana.S			Kana.S	Mei.I	Natsumi.F				
	close			close	close	15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30		
						Pilates Workout		Style up Pilates		
						Natsumi.F		Kana.S		
						close		close		
						17:30 ~ 18:30				
						Pre Basic 🇯🇵				
						Natsumi.F				
						18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
		Waist 🇯🇵				Pilates Cardio			Style up Pilates	Release&Strength
		rinna.y				Kana.S			Kana.S	Natsumi.F
	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30					
	Hip & Leg 🇯🇵	Pre Basic 🇯🇵		Basic 🇯🇵	Basic 🇯🇵					
	Mei.I	Honoka.K		Mei.I	rinna.y					
	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00					
	Back & Arm 🇯🇵	Beauty Conditioning 🇯🇵		Back & Spine	Pre Basic 🇯🇵					
	rinna.y	Honoka.K		Kana.S	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 大津テラス		【 11/17 ~ 11/24 】 スケジュール						2026/10/14 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		
Beauty Conditioning 🍌	Waist 🍌		Style up Pilates	Back & Spine	Waist 🍌		Pre Basic 🍌		
Natsumi.F	rinna.y		Kana.S	Kana.S	rinna.y		Natsumi.F		
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00		
Waist 🍌	Basic 🍌		Pilates Cardio	Body Balance	Basic 🍌		Hip & Leg 🍌		
rinna.y	Mei.I		Kana.S	Kana.S	rinna.y		Mei.I		
13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30		
Pre Basic 🍌			Back & Arm 🍌	Basic 🍌	Back & Spine		Beauty Conditioning 🍌		
Natsumi.F			Mei.I	rinna.y	Kana.S		Natsumi.F		
close			close	close	15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30	close	
					Style up Pilates		Pilates Cardio		
					Kana.S		Kana.S		
					close				
					17:30 ~ 18:30				
Back & Arm 🍌									
rinna.y									
18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		close	close	18:00 ~ 19:00
Basic 🍌			Release&Strength	Back & Spine	Waist 🍌				Back & Arm 🍌
Mei.I			Natsumi.F	Kana.S	rinna.y				rinna.y
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30					
Back & Arm 🍌	Hip & Leg 🍌	Body Balance	Pre Basic 🍌	Style up Pilates					
rinna.y	Mei.I	Kana.S	Natsumi.F	Kana.S					
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00					
Hip & Leg 🍌	Pilates Workout	Basic 🍌	Basic 🍌	Basic 🍌					
Mei.I	Natsumi.F	Mei.I	rinna.y	rinna.y					

pilatesK 大津テラス		【 11/25 ~ 11/29 】			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 🍌		Back & Arm 🍌	Waist 🍌	Pre Basic 🍌		
Mei.I		rinna.y	rinna.y	Natsumi.F		
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		
Back & Spine		Style up Pilates	Basic 🍌	Back & Spine		
Kana.S		Kana.S	Mei.I	Kana.S		
close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		
		Waist 🍌	Back & Arm 🍌	Basic 🍌		
		rinna.y	rinna.y	rinna.y		
		close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		
			Hip & Leg 🍌	Body Balance		
			Mei.I	Kana.S		
			close			
			17:30 ~ 18:30			
		Basic 🍌				
		Mei.I	close			
		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00
		Pilates Workout		Hip & Leg 🍌		Pre Basic 🍌
		Natsumi.F		Mei.I		Natsumi.F
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				
Release&Strength	Basic 🍌	Pilates Cardio				
Natsumi.F	Kana.S	Kana.S				
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	close			
Waist 🍌	Back & Arm 🍌	Release&Strength				
rinna.y	Mei.I	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。