

pilatesK ビバモール寝屋川		【 11/01 ~ 11/08 】		スケジュール		2026/10/12 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	
Beauty Conditioning 🌱		Back & Arm 🌱		Waist 🌱		Pre Basic 🌱				Basic 🌱		jump to burn			
Mao.H		Mio.M		Hikaru.O		Lica.I				Hikaru.O		Lica.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			
Pre Basic 🌱		jump to burn		Back & Arm 🌱		Waist 🌱				Hip & Leg 🌱		Beauty Conditioning 🌱			
Lica.I		Lica.I		Mao.H		Hikaru.O				Mao.H		Hikaru.O			
14:30 ~ 15:30		close		13:30 ~ 14:30		close				13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30			
Hip & Leg 🌱				Basic 🌱						Waist 🌱		Pre Basic 🌱			
Mao.H				Mio.M						Hikaru.O		Lica.I			
16:30 ~ 17:30				15:00 ~ 16:00						15:00 ~ 16:00					
jump to burn				Beauty Conditioning 🌱						close		Hip & Leg 🌱			
Lica.I				Hikaru.O								Hikaru.O			
close				close								close			
				17:30 ~ 18:30								17:30 ~ 18:30			
				Hip & Leg 🌱						Waist 🌱					
				Mio.M						Hikaru.O					
		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00					
		Pre Basic 🌱		Beauty Conditioning 🌱		Basic 🌱				Back & Arm 🌱					
Lica.I		Mao.H		Mio.M		Lica.I				close					
19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30									
Beauty Conditioning 🌱		Basic 🌱		Back & Arm 🌱		jump to burn									
Hikaru.O		Hikaru.O		Mao.H		Lica.I									
21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00									
Basic 🌱		Hip & Leg 🌱		Waist 🌱		Basic 🌱									
Hikaru.O		Mao.H		Mio.M		Mao.H									

pilatesK ビバモール寝屋川		【 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 🍌	Beauty Conditioning 🍌		jump to burn	Basic 🍌	Beauty Conditioning 🍌			
	Mio.M	Mao.H		Lica.I	Mio.M	Mao.H			
	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30			
	jump to burn	Basic 🍌		Back & Arm 🍌	jump to burn	Hip & Leg 🍌			
	Lica.I	Mio.M		Mao.H	Lica.I	Noa.T			
	13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30			
	Waist 🍌			Pre Basic 🍌	Hip & Leg 🍌	Basic 🍌			
	Mio.M			Lica.I	Mio.M	Mao.H			
	close			close	close	15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30	
						Waist 🍌		Back & Arm 🍌	
						Mio.M		Noa.T	
						close		close	
						17:30 ~ 18:30			
						Pre Basic 🍌			
						Lica.I			
		18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00
		Basic 🍌				jump to burn		Pre Basic 🍌	Waist 🍌
		Mao.H				Lica.I		ayu.s	Hikaru.O
	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				
Hip & Leg 🍌	Basic 🍌	Waist 🍌	Hip & Leg 🍌						
Lica.I	Hikaru.O	Hikaru.O	Mao.H						
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00						
Pre Basic 🍌	Waist 🍌	Back & Arm 🍌	Basic 🍌						
Mao.H	Hikaru.O	ayu.s	Hikaru.O						

 : 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 ビバモール寝屋川

【 11/17 ~ 11/24 】 スケジュール

2026/10/12 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	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
Hip & Leg 🌱	Waist 🌱		Basic 🌱	Waist 🌱	Hip & Leg 🌱	jump to burn	Waist 🌱	
Hikaru.O	Lica.I		Mao.H	Mio.M	Mao.H	Lica.I	Mio.M	
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	
Waist 🌱	jump to burn		jump to burn	Back & Arm 🌱	Waist 🌱	Hip & Leg 🌱	Pre Basic 🌱	
Mio.M	Lica.I		Lica.I	Mao.H	Hikaru.O	Hikaru.O	Lica.I	
13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	
Basic 🌱			Back & Arm 🌱	Basic 🌱	Back & Arm 🌱	Pre Basic 🌱	Hip & Leg 🌱	
Hikaru.O			Mao.H	Mio.M	Mao.H	Lica.I	Mio.M	
close			close	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	15:00 ~ 16:00	close
					Beauty Conditioning 🌱	Basic 🌱	Waist 🌱	
					Mao.H	Hikaru.O	Hikaru.O	
					close	close	close	
					17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	Basic 🌱	
Hip & Leg 🌱								
Mio.M							Hikaru.O	
18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	close	18:00 ~ 19:00
Beauty Conditioning 🌱	Hip & Leg 🌱	Basic 🌱	Hip & Leg 🌱	Basic 🌱				
Mao.H	Hikaru.O	Mio.M	Mio.M	Mao.H				
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				
Basic 🌱	Back & Arm 🌱	Beauty Conditioning 🌱	Basic 🌱	jump to burn				
Mio.M	Mao.H	Hikaru.O	Hikaru.O	Lica.I				
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				
Back & Arm 🌱	Basic 🌱	Hip & Leg 🌱	Waist 🌱	Beauty Conditioning 🌱				
Mao.H	Mao.H	Mio.M	Mio.M	Mao.H				

pilatesK ビバモール寝屋川

【 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
Basic 🌱		Back & Arm 🌱	Pre Basic 🌱	Back & Arm 🌱	
Mio.M		Lica.I	Lica.I	Mao.H	
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	
Waist 🌱		Hip & Leg 🌱	Hip & Leg 🌱	jump to burn	
Hikaru.O		Hikaru.O	Mio.M	Lica.I	
close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	
		Pre Basic 🌱	jump to burn	Basic 🌱	
		Lica.I	Lica.I	Hikaru.O	
		close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	
			Back & Arm 🌱	Hip & Leg 🌱	
			Lica.I	Mao.H	
			close	close	
		17:30 ~ 18:30			
		Waist 🌱			
		Mio.M			
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close		
jump to burn	Hip & Leg 🌱	Waist 🌱			
Lica.I	Mio.M	Mio.M			
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
Hip & Leg 🌱	Basic 🌱	Beauty Conditioning 🌱			
Mao.H	Mao.H	Hikaru.O			
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
Pre Basic 🌱	Back & Arm 🌱	Basic 🌱			
Lica.I	Mao.H	Mio.M			

🌱 : 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。