

カルチャースクールスケジュール表

2026年10月～2027年3月

ピラティス	月曜日 11:00～12:00 定員10名 担当 山口					
	10月	11月	12月	1月	2月	3月
	5	2	7	4	8	8
	12	9	14	18	15	15
	19	16		25	22	29
	26					

大人の のための はじめての ジャズダンス	火曜日 11:15～12:15 定員8名 担当 AKIE					
	10月	11月	12月	1月	2月	3月
	6	10	8	5	2	2
	13	17	15	12	9	9
	20	24	22	19	16	16
	27			26	23	23

ピラティス	水曜日 18:30～19:30 木曜日 9:50～10:50 定員10名 担当 平井											
	10月		11月		12月		1月		2月		3月	
	水	木	水	木	水	木	水	木	水	木	水	木
	7	8	4	5	9	3	13	7	17	4	3	4
	28	22	18	12	23	10	27	14		18	17	18
		29		19		24		28		25		25

呼吸を 深める ヨガ	木曜日 11:40～12:40 日曜日 10:30～11:30 定員12名 担当 藤山											
	10月		11月		12月		1月		2月		3月	
	木	日	木	日	木	日	木	日	木	日	木	日
	8	4	5	8	3	13	7	10	4	14	4	7
	15	18	12	15	10	27	14	17	18		18	14
	22	25	19	22	17		28	24	25		25	28

背骨 コン ディ ショ ニン グ	金曜日 12:45～13:45 定員12名 担当 西山					
	10月	11月	12月	1月	2月	3月
	2	6	4	8	5	5
	9	13	18	15	12	12
	16	20	25	22	19	19
	23	27		29	26	26

身体 リ ラ ッ ク ス ヨ ガ & 身 体 リ セ ッ ト	土曜日 9:50～10:50 定員12名 担当 平井					
	10月	11月	12月	1月	2月	3月
	3	7	5	9	6	6
	10	14	12	16	13	13
	17	28	19	23	20	20
	24			30	27	27

□回数券ですべてのクラスを受講できます。

□カルチャースクールの方は、スクール時間以外にピノスの施設をご利用できます。

□スクール時間外利用料 1回1施設につき1,210円(税込)

■営業時間 月～土 9:30～22:30 日・祝 9:30～19:00

■休館日 1日・11日・21日・月末最終日 夏季・年末年始



フィットネスクラブピノス洛西口