

pilates K 筑紫野店		【	11/01	~	11/08	】	スケジュール	2025/10/12	更新		
11/01	11/02		11/03		11/04		11/05		11/06	11/07	11/08
土	日		月		火		水		木	金	土
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
Waist Rena.H	jump to burn Rion.S				Basic Rena.H	Shape up waist Kia	Pilates Cardio Kia			Back&Arm misaki.h	
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30				12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 13:00			12:00 ~ 13:00	
Basic Rion.S	Back&Arm misaki.h				jump to burn misaki.h	Basic Rena.H	Hip&Leg Rena.H			Shape up waist Kia	
13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30				13:30 ~ 14:30	close	13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30	
Pilates Barre Kia	Basic Rena.H				Waist Rena.H		Release&Strength Kia			Waist Rena.H	
15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30				close		close			close	15:00 ~ 16:00
Hip&Leg Rena.H	Stretch&Conditioning misaki.h					Basic misaki.h					
close	close					close					close
17:30 ~ 18:30					close	close	close			close	
Back&Arm Rion.S		close	close	close	close						
close		close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close				
			Back&Arm Rion.S	jump to burn misaki.h	Basic misaki.h	Back&Arm Rion.S					
			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30					
			Stretch&Conditioning misaki.h	Back&Arm Rion.S	jump to burn Rion.S	Waist Rena.H					
			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00					
			Hip&Leg Rion.S	Stretch&Conditioning misaki.h	Back&Arm misaki.h	Basic Rion.S					

pilates K 筑紫野店		【 11/09 ~ 11/16 】		スケジュール		2025/10/12 更新		
11/09	11/10	11/11	11/12	11/13	11/14	11/15	11/16	
日	月	火	水	木	金	土	日	
10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
Basic Rion.S		Back&Arm misaki.h	Stretch&Conditioning misaki.h		Hip&Leg Rion.S	Release&Strength Kia	Pre Basic Kia	
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	
jump to burn misaki.h		Hip&Leg Rena.H	Pre Basic Kia		Pilates Cardio Kia	Hip&Leg Rena.H	Back&Arm misaki.h	
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	
Stretch&Conditioning misaki.h		Basic misaki.h			Basic Rion.S	Pilates Barre Kia	Pilates Cardio Kia	
16:30 ~ 17:30		close			close	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30
Hip&Leg Rion.S							Waist Rena.H	Basic misaki.h
close							close	close
							17:30 ~ 18:30	
							Pre Basic Kia	
							close	
Shape up waist Kia		Waist Rena.H	jump to burn Rion.S	Basic Rena.H				
19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				
Waist Rena.H		Basic Rion.S	Waist 未定	Back&Arm Kia				
21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				
Release&Strength Kia		Hip&Leg Rena.H	Basic Rion.S	Waist Rena.H				

・休館可能レッスン
・クラスの曜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時間前迄にお願ひしております。
・レッスン開始時刻 1時間前を切った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。

pilates K 筑紫野店		【 11/17 ~ 11/24 】		スケジュール		2025/10/12 更新	
11/17	11/18	11/19	11/20	11/21	11/22	11/23	11/24
月	火	水	木	金	土	日	月
10:30 ~ 11:30	close	close	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close
Basic				Pilates Barre	jump to burn	Hip &Leg	
Rion.S				Kia	Rion.S	Rena.H	
12:30 ~ 13:30				12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	
Stretch &Conditioning				Back &Arm	Pre Basic	Release &Strength	
misaki.h				未定	Kia	Kia	
close				13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	
				Shape up waist	Back &Arm	Basic	
				Kia	misaki.h	Rena.H	
				close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	
					Hip &Leg	Pilates Barre	
					Rion.S	Kia	
	close	close					
	17:30 ~ 18:30						
Stretch & Conditioning							
misaki.h							
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		close				
Hip &Leg	Waist			Basic			
Rena.H	Rena.H			misaki.h			
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30			
jump to burn	Hip &Leg	Back &Arm					
misaki.h	Rion.S	未定					
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00					
Basic	Basic	Stretch &Conditioning					
Rena.H	Rena.H	misaki.h					

pilates K 筑紫野店		【 11/25 ~ 11/25 】		スケジュール		2025/10/12		更新			
11/25		11/26		11/27		11/28		11/29		11/30	
火		水		木		金		土		日	
10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		close		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	
Back & Arm		Stretch & Conditioning				Waist		Basic		Stretch & Conditioning	
未定		misaki.h				Rena.H		Rena.H		misaki.h	
12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30				12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30	
Pilates Cardio		Basic				Hip & Leg		Pilates Barre		Pre Basic	
Kia		misaki.h				Rion.S		Kia		Kia	
13:30 ~ 14:30		close				13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30		14:30 ~ 15:30	
Release&Strength						Basic		Hip & Leg		jump to burn	
Kia						Rena.H		Rion.S		misaki.h	
close						close		15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30	
								Waist		Hip & Leg	
								Rena.H		Rion.S	
								close		close	
17:30 ~ 18:30											
Pilates Cardio											
Kia											
18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		close			
Hip & Leg		Waist		Pre Basic		Back & Arm					
Rena.H		Rena.H		Kia		未定					
19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30					
Pre Basic		Shape up waist		Back & Arm		Basic					
Kia		Kia		未定		Rion.S					
21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00					
Waist		Hip & Leg		Shape up waist		jump to burn					
Rena.H		Rena.H		Kia		Rion.S					

・体験可能レッスン
 ・クラスの曜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サイトまでご確認ください。
 ・ご予約されたレッスンをキャンセルされる場合は、1週間前迄にお願いたします。
 ・レッスン開始時間1時間前を切ったのキャンセルは時間前迄となります。
 ※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。