pilates K イオンモール鹿児島店					11/01	~	11/0	8	]	スケジュール									2025/1	0/14	更新	
	11/01			11/02		11/03			11/04			11/05			11/06			11/07			11/08	
				日		月			火			水			木			金				
10:30	~	11:30	10:30	~	11:30					11:30	10:30	~	11:30				10:30	~	11:30	10:30	~	11:30
Hip & Leg ¥			Waist 🔰					Basic 🔰			Stretch & Conditioning						Basic 🔰			Back & Arm 🔰		
	miyuu.	у	Sa	akurako	.K				Yuu.Y			Mei.N						Yuu.Y			Mei.N	
12:00	~	13:00	12:30	~	13:30			12:00	~	13:00	12:30	~	13:30				12:00	~	13:00	12:00	~	13:00
jump to burn		Back & Arm 🔰				Hip	Hip & Leg <mark></mark>		jump to burn						Waist 🔰			Basic 🔰				
	Yuu.Y	•		Mei.N				r	niyuu.y		Sa	kurako.	.K				s	akurak	o.K	s	akurako	.K
13:30	~	14:30	14:30	~	15:30			13:30	~	14:30							13:30	~	14:30	13:30	~	14:30
Hip & Leg   miyuu.y  12:00 ~ 13:00		<b>V</b>	Hip & Leg 🔰				Back & Arm 🔰									Release&Strength			Stretch &	Stretch & Conditioning		
	Yuu.Y	•	Sa	akurako	.ĸ			r	niyuu.y					close			Yuu.Y			Mei.N		
15:00	~	16:00	16:30	~	17:30										Ciose	•				15:00	~	16:00
Stretch	& Cond	itioning 🔰	Basic 🔰							close									Hip & Leg <mark></mark>		¥	
	Mei.N		Yuu.Y																	miyuu.y		
47.20		10:20				close			close									close	<b>.</b>	17:20		10:20
17:30		16:30																		17:30	~	18:30
Ва																						
	miyuu.	у																		s	akurako	.K
								18:00	~	19:00	18:00	~	19:00	18:00	~	19:00	18:00	~	19:00			
							Waist 🔰			Back & Arm 🔰			Stretch &	Stretch & Conditioning		Basic 🔰						
							Sakurako.K			niyuu.y			Mei.N			Sakurako.K						
							19:30	~	20:30	19:30	~	20:30	19:30	19:30 ~ 20:30		19:30	~	20:30				
							Release&Strength			Basic 🔰			jump to burn			Back & Arm 🔰						
									Yuu.Y			kurako.			Yuu.Y			Mei.N				
								21:00	~	22:00	21:00	~	22:00	21:00	~	22:00	21:00	~	22:00			
									asic 🔰		Hip	& Leg	¥	Вас	k&Ar	m 🔰	Stretch &		itioning 🔰			
							Sa	Sakurako.K			niyuu.y		Mei.N			Mei.N						

pilates K イオンモール鹿!	見島店 【	11/09 ~	11/16	スケジュール			2025/10/14 更新
11/09	11/10	11/11	11/12	11/13	11/14	11/15	11/16
B	月	火	水	<b>*</b>	金	±	B
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
jump to burn	Hip & Leg ¥	Release&Strength	Back & Arm 🔰		Basic 🔰	Stretch & Conditioning	Hip & Leg ¥
Sakurako.K	miyuu.y	Yuu.Y	Mei.N		Sakurako.K	Mei.N	miyuu.y
12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30
Hip & Leg 🔰	Stretch & Conditioning	Waist 🔰	Basic 🔰		Hip & Leg ¥	Basic 🔰	Stretch & Conditioning
miyuu.y	Mei.N	Sakurako.K	Hikari		miyuu.y	Yuu.Y	Mei.N
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30
Basic 🔰		Basic 🔰			Back & Arm 🔰	jump to burn	Back & Arm 🤰
Sakurako.K		Sakurako.K		close	miyuu.y	Yuu.Y	Mei.N
16:30 ~ 17:30				ciose		15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30
Back & Arm 🔰						Back & Arm 🔰	Hip & Leg ¥
miyuu.y	close		close			miyuu.y	miyuu.y
		close			close	17:30 ~ 18:30 Hip&Leg ⊌	
						miyuu.y	
	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	,,	
	Hip & Leg ¥	jump to burn	Basic 🔰	Waist 🄰	Basic 🔰		
	miyuu.y	Yuu.Y	Sakurako.K	Sakurako.K	Sakurako.K		
	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
	Basic 🔰	Stretch & Conditioning	Hip & Leg <mark>↓</mark>	Basic 🔰	Back & Arm ¥		
	Yuu.Y	Mei.N	miyuu.y	Yuu.Y	Mei.N		
	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		
	Waist 🔰	Back & Arm 🔰	Basic 🔰	Release&Strength	Stretch & Conditioning		
	Yuu.Y	Mei.N	Sakurako.K	Yuu.Y	Mei.N		

<sup>■:</sup>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。
・プラれっ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。
・レッスン階級時刻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。

pilates K イオンモール鹿.	児島店 【	11/17 ~	11/24	スケジュール			2025/10/14 更新
11/17	11/18	11/19	11/20	11/21	11/22	11/23	11/24
月	火	水	木	金	±	日	月
				10:30 ~ 11:30  Waist   Sakurako.K	10:30 ~ 11:30  Basic   Mei.N	10:30 ~ 11:30  Release&Strength  Yuu.Y	
				12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	
				Basic 🔰	jump to burn	Basic 🔰	
				Yuu.Y	Sakurako.K	Mei.N	
				13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	
				jump to burn	Basic 🔰	Waist 🔰	
			close	Yuu.Y	Mei.N	Yuu.Y	
					15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	
					Hip & Leg ¥	Basic 🔰	
					miyuu.y	Mei.N	
close	close	close		close			close
					17:30 ~ 18:30 Back & Arm ¥		
					miyuu.y		
			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			
			Basic 🔰	Back & Arm 🔰			
			Yuu.Y	miyuu.y			
			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
			Waist 🔰	Hip & Leg <mark></mark>			
			miyuu.y	miyuu.y			
			21:00 ~ 22:00 Hip&Leg ⊌	21:00 ~ 22:00 Basic ⊌			
			Tilp & Edg 🗇	Dusio			
			Sakurako.K	Sakurako.K			

更新

pilates K イオンモール鹿児島店				11/2	25	~			1	スケ	ジュ	ール					
11/25			11/26				11/27			11/28			11/29			11/30	
	火		水				木			金			±			日	
10:30	~	11:30	10:30	~	11:30				10:30	~	11:30	10:30	~	11:30	10:30	~	11:30
Basic 🔰			Bac	k&Arı	m 🔰				Basic 🔰			Back & Arm 🔰			Basic 🔰		
Mei.N Yuu.Y 12:00 ∼ 13:00 12:30 ∼ 13				Yuu.Y						Mei.N			Mei.N			kurako	o.K
				13:30	İ			12:00	~	13:00	12:00	~	13:00	12:30	~	13:30	
Waist 🄰			Basic 🔰						Release&Strength			Basic 🔰			Hip & Leg 🔰		
Sa	akurako	.K	Sa	akurako	.K					Yuu.Y			Mei.N			miyuu.	y
13:30	~	14:30							13:30	~	14:30	13:30	~	14:30	14:30	~	15:30
Hip	o & Leg	ı¥							Back & Arm ¥			Waist 🔰			Basic 🔰		
Sa	akurako	o.K				close			Mei.N				Yuu.Y			Yuu.Y	
												15:00 ~ 16:00  Release&Strength			16:30 ~ 17:30 Waist <b> J</b>		
				close								Yuu.Y				miyuu.	y
close									close				~	18:30			
												Mei.N					
18:00	~	19:00	18:00	~	19:00	18:00	~	19:00	18:00	~	19:00						
Release&Strength		rength	Basic 🔰			Waist 🔰			Basic 🔰								
Yuu.Y				Mei.N		Sakurako.K		Sakurako.K									
19:30	~	20:30	19:30	~	20:30	19:30	~	20:30	19:30	~	20:30						
Basic 🔰		jump to burn			Hip & Leg ⊌			Back & Arm 🔰									
	Mei.N Yuu.Y			Sakurako.K				niyuu.y									
21:00	~	22:00	21:00	~	22:00	21:00	~	22:00	21:00	~	22:00		_			_	
Back & Arm		Stretch &		tioning 🔰					/aist 🔰								
Yuu.Y			Mei.N			Mei.N			miyuu.y								