

pilatesK けんモール新利府店		【 01/01 ~ 01/08 】 スケジュール				2025/12/14 更新	
01/01	01/02	01/03	01/04	01/05	01/06	01/07	01/08
木	金	土	日	月	火	水	木
		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
		Waist	Stretch & Conditioning		Basic	Back & Arm	
		MOE.T	Kanna.A		MOE.T	MOE.T	
		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	
		Body Balance	Basic		Body Balance	Pilates Barre	
		Kanna.A	MOE.T		Yu.	Haruka.I	
		13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30		
		Basic	Body Balance		Waist		
		MOE.T	Kanna.A		MOE.T		
		15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30
		Stretch & Conditioning	Waist		Basic	Waist	Back & Arm
		Kanna.A	MOE.T		MOE.T	Kanna.A	Satsuki.S
		17:30 ~ 18:30			19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00
		Back & Arm	MOE.T		Hip & Leg	Stretch & Conditioning	Waist
					Yu.	Haruka.I	MOE.T
					20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30
					Pilates Barre	Release&Strength	Hip & Leg
					Yu.	Kanna.A	Satsuki.S

pilatesK けんモール新利府店		【 01/09 ~ 01/16 】 スケジュール					
01/09	01/10	01/11	01/12	01/13	01/14	01/15	01/16
金	土	日	月	火	水	木	金
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30
Release&Strength	Hip & Leg	Back & Arm		Hip & Leg	Release&Strength		Stretch & Conditioning
Kanna.A	Satsuki.S	Satsuki.S		Kanna.A	Kanna.A		Kanna.A
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00
Waist	Basic	Pilates Barre		Waist	Waist		Basic
MOE.T	MOE.T	Meiko.N		Satsuki.S	Satsuki.S		MOE.T
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30
Body Balance	Back & Arm	Hip & Leg		Release&Strength			Release&Strength
Kanna.A	Satsuki.S	Satsuki.S		Kanna.A			Kanna.A
15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30						
Waist	Basic						
MOE.T	Meiko.N						
17:30 ~ 18:30							
Hip & Leg	Satsuki.S						
Basic							
MOE.T							
19:00 ~ 20:00							
Back & Arm							
MOE.T							
20:30 ~ 21:30							
Pilates Barre							
Liins.S							

⌚ : 体験可能なレッスン  
 ・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。

## pilatesK けんモール新利府店

【 01/17 ~ 01/24 】 スケジュール

2025/12/14 更新

01/17	01/18	01/19	01/20	01/21	01/22	01/23	01/24
土	日	月	火	水	木	金	土
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Waist	Hip & Leg		Basic	Waist		Waist	Body Balance
MOE.T	Kanna.A		Mizuki	MOE.T		Kanna.A	Kanna.A
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00
Back & Arm	Basic		Back & Arm	Hip & Leg		Body Balance	Basic
Satsuki.S	Mizuki		Satsuki.S	Satsuki.S		Kanna.A	MOE.T
13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30
Basic	Body Balance		Body Balance	Basic		Back & Arm	Stretch & Conditioning
MOE.T	Kanna.A		Kanna.A	Mizuki		Satsuki.S	Kanna.A
15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00
Hip & Leg	Basic		Hip & Leg	Back & Arm		Back & Arm	
Satsuki.S	Mizuki		Satsuki.S	Satsuki.S			MOE.T
			16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30			
			Release & Strength	Basic			
			Kanna.A	Mizuki			
			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			17:30 ~ 18:30
			Basic	Waist			Release & Strength
			Mizuki	MOE.T			Kanna.A
					17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	
					Hip & Leg	Waist	
					Kanna.A	MOE.T	
					19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	
					Body Balance	Hip & Leg	
					Kanna.A	Satsuki.S	
					20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	
					Basic	Back & Arm	
					Satsuki.S	MOE.T	

## pilatesK けんモール新利府店

【 01/25 ~ 01/31 】 スケジュール

01/31

01/25	01/26	01/27	01/28	01/29	01/30	01/31
日	月	火	水	木	金	土
10:30 ~ 11:30			10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30
Basic		Body Balance	Pilates Barre		Release & Strength	Hip & Leg
Mizuki		Kanna.A	Liins.S		Kanna.A	Kanna.A
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00
Back & Arm		Hip & Leg	Basic		Waist	Back & Arm
Satsuki.S		Kanna.A	Mizuki		MOE.T	Satsuki.S
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30
Basic		Basic			Hip & Leg	Basic
Mizuki		Mizuki			Kanna.A	MOE.T
16:30 ~ 17:30					15:00 ~ 16:00	
Hip & Leg					Release & Strength	
Satsuki.S					Kanna.A	
					17:30 ~ 18:30	
					Hip & Leg	
					Satsuki.S	
			17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30
			Basic	Waist	Back & Arm	Basic
			Mizuki	MOE.T	Satsuki.S	Mizuki
			19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00
			Stretch & Conditioning	Back & Arm	Basic	Back & Arm
			Kanna.A	MOE.T	Mizuki	MOE.T
			20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30
			Waist	Basic	Hip & Leg	Basic
			MOE.T	Mizuki	Satsuki.S	Mizuki

��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。