

pilates K 筑紫野店		【 11/01 ~ 11/08 】		スケジュール		2025/10/24 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	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	~	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Waist	jump to burn		Basic	Shape up waist		Pilates Cardio	Back&Arm
Rena.H	Rion.S		Rena.H	Kia		Kia	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	Back&Arm		Back&Arm	Basic		Hip&Leg	Shape up waist
Rion.S	misaki.h		misaki.h	Rena.H		Rena.H	Kia
13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	~	~	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30
Pilates Barre	Basic		Waist			Release&Strength	Waist
Kia	Rena.H		Rena.H			Kia	Rena.H
15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		~	~	~	~	15:00 ~ 16:00
Hip&Leg	Stretch&Conditioning						Basic
Rena.H	misaki.h						misaki.h
~	~		~	~	~	~	~
17:30 ~ 18:30	~		~	~	~	~	17:30 ~ 18:30
Back&Arm							Pilates Barre
Rion.S							Kia
~	~		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	~
			Back&Arm	Basic	Basic	Back&Arm	
			Rion.S	misaki.h	misaki.h	Rion.S	
~	~		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	~
			Stretch&Conditioning	Back&Arm	jump to burn	Waist	
			misaki.h	Rion.S	Rion.S	Rena.H	
~	~		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	~
			Hip&Leg	Stretch&Conditioning	Back&Arm	Basic	
			Rion.S	misaki.h	misaki.h	Rion.S	

pilates K 筑紫野店		【 11/09 ~ 11/16 】		スケジュール		2025/10/24 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	~	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Basic		Back&Arm	Stretch&Conditioning		Hip&Leg	Release&Strength	Pre Basic
Rion.S		misaki.h	misaki.h		Rion.S	Kia	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
Back&Arm		Hip&Leg	Pre Basic		Pilates Cardio	Hip&Leg	Back&Arm
misaki.h		Rena.H	Kia		Kia	Rena.H	misaki.h
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	~	~	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30
Stretch&Conditioning		Basic			Basic	Pilates Barre	Pilates Cardio
misaki.h		misaki.h			Rion.S	Kia	Kia
16:30 ~ 17:30		~	~	~	~	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30
Hip&Leg						Waist	Basic
Rion.S						Rena.H	misaki.h
~		~	~	~	~	~	~
~		~	~	~	~	17:30 ~ 18:30	~
						Pre Basic	
						Kia	
~		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	~	~
		Shape up waist	Waist	jump to burn	Basic		
		Kia	Rena.H	Rion.S	Rena.H		
~		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	~	~
		Waist	Basic	Waist	Back&Arm		
		Rena.H	Rion.S	未定	Rion.S		
~		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	~	~
		Release&Strength	Hip&Leg	Basic	Waist		
		Kia	Rena.H	Rion.S	Rena.H		

・体験可能レッスン
 ・クラスの個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時間前までにお申し込みしております。
 ・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。

pilates K 筑紫野店

【 11/17 ~ 11/24 】 スケジュール

2025/10/24 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	~	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	Rion.S	
12:00 ~ 13:00			~	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	
~			~	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	
				Shape up waist	Back & Arm	Basic	
				Kia	未定	Rion.S	
~			~	~	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	
					Hip & Leg	Pilates Barre	
					Rion.S	Kia	
~			~	~	~	~	
					17:30 ~ 18:30	~	
					Stretch & Conditioning		
18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	~	~	
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			
未定			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 ~ 】 スケジュール

2025/10/24 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	~	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	~	~	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
~	~	~	~	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30
				Waist	Hip & Leg
				Rena.H	Rion.S
~	~	~	~	~	~
				17:30 ~ 18:30	~
				Pilates Cardio	
				Kia	
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	~	~
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		

・休職可能レッスン
・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時間前迄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。