

スケジュール

更新

pilatesK イメル鹿児島店			【 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		close		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		close		10:30 ~ 11:30	
Basic 🍌		Hip & Leg 🍌		jump to burn				Basic 🍌		Back & Arm 🍌				Hip & Leg 🍌	
Sakurako.K		miyuu.y		Sakurako.K				Sakurako.K		miyuu.y				miyuu.y	
12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30				12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30				12:00 ~ 13:00	
Hip & Leg 🍌		Basic 🍌		Stretch & Conditioning 🍌				Waist 🍌		Basic 🍌				Back & Arm 🍌	
miyuu.y		Sakurako.K		Mei.N				miyuu.y		Sakurako.K				miyuu.y	
13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30		14:30 ~ 15:30				13:30 ~ 14:30		close				13:30 ~ 14:30	
Waist 🍌		Back & Arm 🍌		Waist 🍌				jump to burn						Basic 🍌	
Sakurako.K		miyuu.y		Sakurako.K				Sakurako.K						Sakurako.K	
close		15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30				close						close	
		Waist 🍌		Basic 🍌											
		miyuu.y		Mei.N											
		17:30 ~ 18:00		Basic 🍌											
						Sakurako.K									
18:00 ~ 19:00						18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00			
Basic 🍌						Back & Arm 🍌		Basic 🍌		Waist 🍌		Release&Strength			
Yuu.Y						miyuu.y		Mei.N		Yuu.Y		Yuu.Y			
19:30 ~ 20:30						19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30			
Back & Arm 🍌						Basic 🍌		Hip & Leg 🍌		Basic 🍌		Waist 🍌			
miyuu.y						Mei.N		miyuu.y		Mei.N		Sakurako.K			
21:00 ~ 22:00						21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00			
jump to burn						Hip & Leg 🍌		Release&Strength		Stretch & Conditioning 🍌		Basic 🍌			
Yuu.Y						miyuu.y		Mei.N		Mei.N		Yuu.Y			

※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。

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	close	10:30 ～ 11:30	10:30 ～ 11:30	close	10:30 ～ 11:30	10:30 ～ 11:30
Basic	Waist		Hip & Leg	Basic		Back & Arm	Hip & Leg
Mei.N	Sakurako.K		Sakurako.K	Mei.N		Yuu.Y	miyuu.y
12:00 ～ 13:00	12:30 ～ 13:30		12:00 ～ 13:00	12:00 ～ 13:00		12:00 ～ 13:00	12:00 ～ 13:00
Waist	Body Balance		Basic	jump to burn		Basic	Release&Strength
miyuu.y	Yuu.Y		Mei.N	Yuu.Y		Sakurako.K	Mei.N
13:30 ～ 14:30	14:30 ～ 15:30		13:30 ～ 14:30	13:30 ～ 14:30		13:30 ～ 14:30	13:30 ～ 14:30
Stretch & Conditioning	Basic		Body Balance	Basic		Hip & Leg	Back & Arm
Mei.N	Mei.N		Yuu.Y	Sakurako.K		Sakurako.K	miyuu.y
15:00 ～ 16:00	16:30 ～ 17:30		15:00 ～ 16:00	15:00 ～ 16:00		close	15:00 ～ 16:00
Basic	Back & Arm		jump to burn	Release&Strength			Basic
Sakurako.K	Mei.N		Sakurako.K	Mei.N			Mei.N
			16:30 ～ 17:30	16:30 ～ 17:30			
			Back & Arm	Hip & Leg			
			Mei.N	Sakurako.K			
17:30 ～ 18:30			18:00 ～ 19:00	18:00 ～ 19:00			17:30 ～ 18:30
Hip & Leg			Basic	Waist			Waist
miyuu.y			Yuu.Y	Yuu.Y			miyuu.y
					18:00 ～ 19:00	18:00 ～ 19:00	
					Basic	Waist	
					Sakurako.K	miyuu.y	
					19:30 ～ 20:30	19:30 ～ 20:30	
					Body Balance	Basic	
					Yuu.Y	Yuu.Y	
					21:00 ～ 22:00	21:00 ～ 22:00	
					Back & Arm	Stretch & Conditioning	
					Yuu.Y	Yuu.Y	

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	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
Basic 🌱		Stretch & Conditioning 🌱	Back & Arm 🌱		Basic 🌱	Release&Strength	
Mei.N		Mei.N	Yuu.Y		Yuu.Y	Mei.N	
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	
jump to burn		Hip & Leg 🌱	Basic 🌱		Back & Arm 🌱	Basic 🌱	
Yuu.Y		Sakurako.K	Mei.N		miyuu.y	Yuu.Y	
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	
Back & Arm 🌱		Basic 🌱			jump to burn	Hip & Leg 🌱	
Mei.N		Mei.N			Sakurako.K	miyuu.y	
16:30 ~ 17:30		close			close	close	15:00 ~ 16:00
Body Balance							Body Balance
Yuu.Y							Yuu.Y
			17:30 ~ 18:30				
						Basic 🌱	
						Mei.N	
			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
			Body Balance	Basic 🌱	Back & Arm 🌱	Basic 🌱	
			Yuu.Y	Sakurako.K	Mei.N	Sakurako.K	
			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
			jump to burn	Release&Strength	Basic 🌱	Body Balance	
			Sakurako.K	Mei.N	Sakurako.K	Yuu.Y	
			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
			Basic 🌱	Hip & Leg 🌱	Stretch & Conditioning 🌱	Waist 🌱	
			Yuu.Y	Sakurako.K	Mei.N	Sakurako.K	

🌱 : 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。

・ 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。