



pilates

pilates K 熊本店 Lesson Schedule

更新日2024/9/24

2024/9/1~2024/9/15

Let's have fun with all pilates lovers♡

	9月1日(日)	9月2日(月)	9月3日(火)	9月4日(水)	9月5日(木)	9月6日(金)	9月7日(土)	9月8日(日)	
10:30	10:30~11:30 Jump to Burn Mei	close	10:30~11:30 Basic ♪ Ayano.Y	10:30~11:30 Jump to Burn Mei		10:30~11:30 Waist ♪ Wako	10:30~11:30 Stretch&Conditioning ♪ Mei	10:30~11:30 Hip&Leg ♪ Mei	
12:00	12:00~13:00 Waist ♪ Mei			12:30~13:30 Hip&Leg ♪ Mei	12:30~13:30 Stretch&Conditioning ♪ Mei		12:30~13:30 Basic ♪ Ayano.Y	12:00~13:00 Back&Arm ♪ Wako	12:00~13:00 Basic ♪ Ayano.Y
13:30	13:30~14:30 Basic ♪ Ayano.Y							13:30~14:30 Basic ♪ Mei	13:30~14:30 Release&Strength Mei
15:00	15:00~16:00 Hip&Leg ♪ Wako							15:00~16:00 Hip&Leg ♪ Wako	15:00~16:00 Basic ♪ Ayano.Y
17:00								17:30~18:30 Basic ♪ Ayano.Y	
18:00				18:00~19:00 Waist ♪ Wako	18:00~19:00 Hip&Leg ♪ Wako	18:00~19:00 Basic ♪ Mei	18:00~19:00 Stretch&Conditioning ♪ Mayu.W		
19:30				19:30~20:30 Back&Arm ♪ Mei	19:30~20:30 Basic ♪ Ayano.Y	19:30~20:30 Waist ♪ Wako	19:30~20:30 Basic ♪ Ayano.Y		
21:00				21:00~22:00 Basic ♪ Wako	21:00~22:00 Release&Strength Wako	21:00~22:00 Jump to Burn Mei	21:00~22:00 Back&Arm ♪ Mayu.W		

	9月9日(月)	9月10日(火)	9月11日(水)	9月12日(木)	9月13日(金)	9月14日(土)	9月15日(日)	
10:30	close	10:30~11:30 Back&Arm ♪ Mei	10:30~11:30 Hip&Leg ♪ Mayu.W		10:30~11:30 Basic ♪ Ayano.Y	10:30~11:30 Waist ♪ Mei	10:30~11:30 Basic ♪ Ayano.Y	
12:00		12:30~13:30 Release&Strength Wako	12:30~13:30 Basic ♪ Wako		12:30~13:30 Back&Arm ♪ Mayu.W	12:00~13:00 Hip&Leg ♪ Wako	12:00~13:00 Back&Arm ♪ Mayu.W	
13:30						13:30~14:30 Jump to Burn Mei	13:30~14:30 Waist ♪ Mei	
15:00						15:00~16:00 Basic ♪ Ayano.Y	15:00~16:00 Stretch&Conditioning ♪ Mayu.W	
17:00						17:30~18:30 Back&Arm ♪ Wako		
18:00			18:00~19:00 Basic ♪ Mayu.W	18:00~19:00 Jump to Burn Mei	18:00~19:00 Back&Arm ♪ Mayu.W	18:00~19:00 Basic ♪ Mei		
19:30			19:30~20:30 Hip&Leg ♪ Wako	19:30~20:30 Waist ♪ Mei	19:30~20:30 Basic ♪ Ayano.Y	19:30~20:30 Release&Strength Mei		
21:00			21:00~22:00 Stretch&Conditioning ♪ Mayu.W	21:00~22:00 Basic ♪ Ayano.Y	21:00~22:00 Hip&Leg ♪ Mayu.W	21:00~22:00 Waist ♪ Wako		

♪：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。



pilates

pilates K 熊本店 Lesson Schedule

2024/9/16~2024/9/30

	9月16日(月)	9月17日(火)	9月18日(水)	9月19日(木)	9月20日(金)	9月21日(土)	9月22日(日)	9月23日(月)
10:30	close	10:30~11:30 Hip&Leg 📌 Mayu.W	10:30~11:30 Basic 📌 Ayano.Y		10:30~11:30 Back&Arm 📌 Mei	10:30~11:30 Basic 📌 Ayano.Y	10:30~11:30 Waist 📌 Wako	close
12:00		12:30~13:30 Basic 📌 Ayano.Y	12:30~13:30 Waist 📌 Wako		12:30~13:30 Hip&Leg 📌 Wako	12:00~13:00 Back&Arm 📌 Mayu.W	12:00~13:00 Jump to Burn Mayu.W	
13:30						13:30~14:30 Waist 📌 Wako	13:30~14:30 Hip&Leg 📌 Wako	
15:00						15:00~16:00 Hip&Leg 📌 Mayu.W	15:00~16:00 Basic 📌 Mayu.W	
17:00						17:30~18:30 Release&Strength Wako		
18:00		18:00~19:00 Back&Arm 📌 Mei	18:00~19:00 Basic 📌 Mayu.W	18:00~19:00 Waist 📌 Wako	18:00~19:00 Jump to Burn Mayu.W			
19:30		19:30~20:30 Basic 📌 Wako	19:30~20:30 Hip&Leg 📌 Mayu.W	19:30~20:30 Stretch&Conditioning 📌 Mei	19:30~20:30 Basic 📌 Ayano.Y			
21:00		21:00~22:00 Release&Strength Mei	21:00~22:00 Waist 📌 Mei	21:00~22:00 Basic 📌 Ayano.Y	21:00~22:00 Back&Arm 📌 Mayu.W			

	9月24日(火)	9月25日(水)	9月26日(木)	9月27日(金)	9月28日(土)	9月29日(日)	9月30日(月)
10:30	10:30~11:30 Waist 📌 Wako	10:30~11:30 Stretch&Conditioning 📌 Mayu.W		10:30~11:30 Basic 📌 Mayu.W	10:30~11:30 Hip&Leg 📌 Wako	10:30~11:30 Back&Arm 📌 Mei	close
12:00	12:30~13:30 Back&Arm 📌 Mayu.W	12:30~13:30 Basic 📌 Mayu.W		12:30~13:30 Jump to Burn Mayu.W	12:00~13:00 Basic 📌 Wako	12:00~13:00 Hip&Leg 📌 Mayu.W	
13:30					13:30~14:30 Back&Arm 📌 Mei	13:30~14:30 Basic 📌 Mayu.W	
15:00					15:00~16:00 Basic 📌 Mei	15:00~16:00 Release&Strength Wako	
17:00					17:30~18:30 Waist 📌 Mei		
18:00	18:00~19:00 Hip&Leg 📌 Mayu.W	18:00~19:00 Back&Arm 📌 Wako	18:00~19:00 Basic 📌 Mayu.W	18:00~19:00 Waist 📌 Wako			
19:30	19:30~20:30 Waist 📌 Wako	19:30~20:30 Basic 📌 Mayu.W	19:30~20:30 Jump to Burn Mei	19:30~20:30 Hip&Leg 📌 Mayu.W			
21:00	21:00~22:00 Basic 📌 Wako	21:00~22:00 Hip&Leg 📌 Wako	21:00~22:00 Back&Arm 📌 Mei	21:00~22:00 Basic 📌 Wako			

📌: 体験可能レッスン

今月も一緒にピラティスを楽しみましょう！

STUDIO INFO

☎専用ダイヤル：0570-050-055

受付時間：9:00~18:00

※上記受付時間外はお電話でのご予約は承っておりません。インターネットからのご予約をご利用下さい（24時間受付）