



pilates

pilates K 福岡天神店 Lesson Schedule

更新日2024/8/1

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 Basic ♪ Min.U	Close	10:30~11:30 Basic ♪ Kia	10:30~11:30 Basic ♪ makoto.I		10:30~11:30 Back&Arm ♪ Min.U	10:30~11:30 Hip&Leg ♪ Kia	10:30~11:30 Basic ♪ Chihiro
12:00	12:30~13:30 Hip&Leg ♪		12:30~13:30 Waist ♪ makoto.I	12:30~13:30 Back&Arm ♪ Min.U		12:30~13:30 Basic ♪ Chihiro	12:30~13:30 Back&Arm ♪ Min.U	12:30~13:30 Stretch&Conditioning ♪ Kia
13:30	14:30~15:30 Basic ♪ makoto.I						14:30~15:30 Waist ♪ makoto.I	14:30~15:30 Hip&Leg ♪ Kia
15:00	16:30~17:30 Back&Arm ♪ Min.U						17:00~18:00 Basic ♪ Min.U	16:30~17:30 Waist ♪ makoto.I
17:00				18:00~19:00 Basic ♪ Min.U	18:00~19:00 Stretch&Conditioning ♪ Kia	18:00~19:00 Basic ♪ makoto.I	18:00~19:00 Waist ♪ Chihiro	
18:00				20:30~21:30 Hip&Leg ♪ Kia	20:30~21:30 Basic ♪ makoto.I	20:30~21:30 Back&Arm ♪ Min.U	20:30~21:30 Basic ♪ makoto.I	
19:30								
21:00								

	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 Stretch&Conditioning ♪ Kia	10:30~11:30 Basic ♪ makoto.I		10:30~11:30 Basic ♪ Min.U	10:30~11:30 Stretch&Conditioning ♪ Kia	10:30~11:30 Waist ♪ Chihiro
12:00		12:30~13:30 Basic ♪ Chihiro	12:30~13:30 Hip&Leg ♪ Kia		12:30~13:30 Waist ♪ makoto.I	12:30~13:30 Basic ♪ makoto.I	12:30~13:30 Back&Arm ♪ Min.U
13:30						14:30~15:30 Back&Arm ♪ Min.U	14:30~15:30 Basic ♪ makoto.I
15:00						17:00~18:00 Waist ♪ makoto.I	16:30~17:30 Back&Arm ♪ Chihiro
17:00			18:00~19:00 Basic ♪ Kia	18:00~19:00 Waist ♪ Chihiro	18:00~19:00 Back&Arm ♪ Chihiro	18:00~19:00 Basic ♪ Min.U	
18:00			20:30~21:30 Back&Arm ♪ Min.U	20:30~21:30 Basic ♪ Min.U	20:30~21:30 Basic ♪ makoto.I	20:30~21:30 Hip&Leg ♪ Kia	
19:30							
21:00							

♪：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 福岡天神店 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 Basic ♪ Min.U	10:30~11:30 Waist ♪ Chihiro	Close	10:30~11:30 Hip&Leg ♪ Kia	10:30~11:30 Back&Arm ♪ Chihiro	10:30~11:30 Stretch&Conditioning ♪ Kia	Close	
12:00		12:30~13:30 Hip&Leg ♪ Kia	12:30~13:30 Basic ♪ Min.U		12:30~13:30 Back&Arm ♪ Kia	12:00~13:00 Waist ♪ makoto.I	12:30~13:30 Basic ♪ Chihiro		
13:30		18:00~19:00 Waist ♪ makoto.I	18:00~19:00 Hip&Leg ♪ Kia		18:00~19:00 Waist ♪ Chihiro	18:00~19:00 Basic ♪ Chihiro	13:30~14:30 Basic ♪ Min.U		14:30~15:30 Hip&Leg ♪ Kia
15:00		19:30~20:30 Stretch&Conditioning ♪ Kia	19:30~20:30 Basic ♪ makoto.I		19:30~20:30 Basic ♪ makoto.I	19:30~20:30 Back&Arm ♪ Min.U	15:00~16:00 Back&Arm ♪ Min.U		16:30~17:30 Basic ♪ Min.U
17:00		21:00~22:00 Basic ♪ makoto.I	21:00~22:00 Stretch&Conditioning ♪ Kia		21:00~22:00 Back&Arm ♪ Chihiro	21:00~22:00 Waist ♪ Chihiro	17:30~18:30 Basic ♪ Chihiro		
18:00									
19:30									
21:00									

	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 ♪ makoto.I	10:30~11:30 Stretch&Conditioning ♪ Kia	Close	10:30~11:30 Waist ♪ Chihiro	10:30~11:30 Basic ♪ Chihiro	10:30~11:30 Basic ♪ Min.U	Close
12:00	12:30~13:30 Back&Arm ♪ Chihiro	12:30~13:30 Basic ♪ Min.U		12:30~13:30 Basic ♪ Min.U	12:00~13:00 Stretch&Conditioning ♪ Kia	12:30~13:30 Hip&Leg ♪ Kia	
13:30					13:30~14:30 Waist ♪ makoto.I	14:30~15:30 Basic ♪ Min.U	
15:00					15:00~16:00 Basic ♪ Min.U	16:30~17:30 Waist ♪ makoto.I	
17:00					17:30~18:30 Hip&Leg ♪ Kia		
18:00	18:00~19:00 Hip&Leg ♪ Kia	18:00~19:00 Basic ♪ Chihiro		18:00~19:00 Back&Arm ♪ Min.U	18:00~19:00 Hip&Leg ♪ Kia		
19:30	19:30~20:30 Basic ♪ Chihiro	19:30~20:30 Back&Arm ♪ Chihiro		19:30~20:30 Waist ♪ makoto.I	19:30~20:30 Basic ♪ Min.U		
21:00	21:00~22:00 Back&Arm ♪ Kia	21:00~22:00 Waist ♪ makoto.I		21:00~22:00 Basic ♪ Chihiro	21:00~22:00 Stretch&Conditioning ♪ Kia		

♪: 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)