



pilates

pilates K 福岡天神店 Lesson Schedule

更新日2024/9/15

2024/10/1~2024/10/15

Let's have fun with all pilates lovers♡

	10月1日(火)	10月2日(水)	10月3日(木)	10月4日(金)	10月5日(土)	10月6日(日)	10月7日(月)	10月8日(火)
10:30	10:30~11:30 Waist 📌 makoto.I	10:30~11:30 Back&Arm 📌 Min.U		10:30~11:30 Jump to Burn Kia	10:30~11:30 Stretch&Conditioning 📌 Kia	10:30~11:30 Basic 📌 rico.S	Close	10:30~11:30 Stretch&Conditioning 📌 makoto.I
12:00				12:00~13:00 Basic 📌 makoto.I	12:00~13:00 Waist 📌 makoto.I	12:30~13:30 Back&Arm 📌 Min.U		12:30~13:30 Basic 📌 rico.S
12:30	12:30~13:30 Basic 📌 Min.U	12:30~13:30 Hip&Leg 📌 rico.S			13:30~14:30 Back&Arm 📌 Kia	14:30~15:30 Hip&Leg 📌 rico.S		
13:30								
15:00					15:00~16:00 Hip&Leg 📌 rico.S			
17:00						16:30~17:30 Waist 📌 makoto.I		
18:00	18:00~19:00 Jump to Burn Kia	18:00~19:00 Stretch&Conditioning 📌 makoto.I	18:00~19:00 Basic 📌 rico.S	18:00~19:00 Back&Arm 📌 Min.U				18:00~19:00 Hip&Leg 📌 Min.U
19:30	19:30~20:30 Back&Arm 📌 Min.U	19:30~20:30 Basic 📌 rico.S	19:30~20:30 Back&Arm 📌 Min.U	19:30~20:30 Waist 📌 makoto.I				19:30~20:30 Basic 📌 rico.S
21:00	21:00~22:00 Hip&Leg 📌 Kia	21:00~22:00 Waist 📌 makoto.I	21:00~22:00 Hip&Leg 📌 rico.S	21:00~22:00 Basic 📌 Min.U				21:00~22:00 Back&Arm 📌 Min.U

	10月9日(水)	10月10日(木)	10月11日(金)	10月12日(土)	10月13日(日)	10月14日(月)	10月15日(火)
10:30	10:30~11:30 Basic 📌 Min.U		10:30~11:30 Hip&Leg 📌 rico.S	10:30~11:30 Waist 📌 makoto.I	10:30~11:30 Stretch&Conditioning 📌 makoto.I	Close	10:30~11:30 Hip&Leg 📌 rico.S
12:00				12:00~13:00 Basic 📌 rico.S	12:30~13:30 Hip&Leg 📌 Min.U		12:30~13:30 Waist 📌 makoto.I
12:30	12:30~13:30 Stretch&Conditioning 📌 makoto.I		12:30~13:30 Back&Arm 📌 Kia	13:30~14:30 Hip&Leg 📌 Min.U	14:30~15:30 Basic 📌 rico.S		
13:30							
15:00				15:00~16:00 Jump to Burn Kia			
17:00					16:30~17:30 Back&Arm 📌 Min.U		
18:00	18:00~19:00 Hip&Leg 📌 Kia	18:00~19:00 Basic 📌 rico.S	18:00~19:00 Hip&Leg 📌 Min.U	17:30~18:30 Back&Arm 📌 Min.U			18:00~19:00 Basic 📌 Min.U
19:30	19:30~20:30 Basic 📌 rico.S	19:30~20:30 Waist 📌 makoto.I	19:30~20:30 Jump to Burn Kia				19:30~20:30 Stretch&Conditioning 📌 makoto.I
21:00	21:00~22:00 Jump to Burn Kia	21:00~22:00 Hip&Leg 📌 rico.S	21:00~22:00 Basic 📌 Min.U				21:00~22:00 Basic 📌 Min.U

📌: 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

2024/10/16~2024/10/31

	10月16日(水)	10月17日(木)	10月18日(金)	10月19日(土)	10月20日(日)	10月21日(月)	10月22日(火)	10月23日(水)
10:30	10:30~11:30 Waist ♪ makoto.I		10:30~11:30 Back&Arm ♪ Min.U	10:30~11:30 Basic ♪ Min.U	10:30~11:30 Waist ♪ makoto.I	Close	10:30~11:30 Basic ♪ Kia	10:30~11:30 Hip&Leg ♪ Min.U
12:00	12:30~13:30 Basic ♪ rico.S		12:30~13:30 Stretch&Conditioning ♪ makoto.I	12:00~13:00 Jump to Burn Kia	12:30~13:30 Basic ♪ rico.S		12:30~13:30 Hip&Leg ♪ rico.S	12:30~13:30 Waist ♪ makoto.I
13:30				13:30~14:30 Basic ♪ rico.S	14:30~15:30 Stretch&Conditioning ♪ makoto.I			
15:00				15:00~16:00 Stretch&Conditioning ♪ Kia				
17:00				17:30~18:30 Hip&Leg ♪ rico.S				
18:00	18:00~19:00 Basic ♪ Min.U	18:00~19:00 Waist ♪ makoto.I	18:00~19:00 Jump to Burn Kia				18:00~19:00 Stretch&Conditioning ♪ makoto.I	18:00~19:00 Basic ♪ rico.S
19:30	19:30~20:30 Hip&Leg ♪ rico.S	19:30~20:30 Basic ♪ rico.S	19:30~20:30 Waist ♪ makoto.I				19:30~20:30 Hip&Leg ♪ rico.S	19:30~20:30 Back&Arm ♪ Kia
21:00	21:00~22:00 Back&Arm ♪ Min.U	21:00~22:00 Stretch&Conditioning ♪ makoto.I	21:00~22:00 Hip&Leg ♪ Kia				21:00~22:00 Waist ♪ makoto.I	21:00~22:00 Hip&Leg ♪ rico.S

	10月24日(木)	10月25日(金)	10月26日(土)	10月27日(日)	10月28日(月)	10月29日(火)	10月30日(水)	10月31日(木)
10:30		10:30~11:30 Basic ♪ rico.S	10:30~11:30 Stretch&Conditioning ♪ makoto.I	10:30~11:30 Basic ♪ Min.U	Close	10:30~11:30 Waist ♪ makoto.I	10:30~11:30 Basic ♪ makoto.I	
12:00		12:30~13:30 Back&Arm ♪ Min.U	12:00~13:00 Basic ♪ Kia	12:30~13:30 Jump to Burn Kia		12:30~13:30 Stretch&Conditioning ♪ Kia	12:30~13:30 Back&Arm ♪ Min.U	
13:30			13:30~14:30 Waist ♪ makoto.I	14:30~15:30 Hip&Leg ♪ rico.S				
15:00			15:00~16:00 Jump to Burn Kia	16:30~17:30 Stretch&Conditioning ♪ Kia				
17:00			17:30~18:30 Basic ♪ rico.S					
18:00	18:00~19:00 Back&Arm ♪ Kia	18:00~19:00 Waist ♪ makoto.I				18:00~19:00 Hip&Leg ♪ Min.U	18:00~19:00 Jump to Burn Kia	18:00~19:00 Hip&Leg ♪ rico.S
19:30	19:30~20:30 Basic ♪ Min.U	19:30~20:30 Hip&Leg ♪ Min.U				19:30~20:30 Back&Arm ♪ Kia	19:30~20:30 Basic ♪ Min.U	19:30~20:30 Jump to Burn Kia
21:00	21:00~22:00 Jump to Burn Kia	21:00~22:00 Stretch&Conditioning ♪ makoto.I				21:00~22:00 Basic ♪ Min.U	21:00~22:00 Hip&Leg ♪ Kia	21:00~22:00 Basic ♪ rico.S

♪: 体験可能レッスン

今月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)