



pilates

pilates K 熊本店 Lesson Schedule

更新日2024/11/14

2024/11/1~2024/11/15

Let's have fun with all pilates lovers♡

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

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

2024/11/16～2024/11/30

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

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

♪：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）