

pilates K 熊本店 【 06/01 ~ 06/08 】 スケジュール								2025/06/04	更新
06/01	06/02	06/03	06/04	06/05	06/06	06/07	06/08		
日	月	火	水	木	金	土	日		
10:30 ~ 11:30 Waist Ami.J		10:30 ~ 11:30 Release&Strength Wako	10:30 ~ 11:30 Basic 未定		10:30 ~ 11:30 Back&Arm Mizuki.O	10:30 ~ 11:30 Shape up waist Wako	10:30 ~ 11:30 Back&Arm Mizuki.O		
12:30 ~ 13:30 Basic 未定		12:00 ~ 13:00 Shape up waist Wako	12:30 ~ 13:30 Body Balance Wako		12:00 ~ 13:00 Waist Ami.J	12:00 ~ 13:00 Hip&Leg Ririka.M	12:30 ~ 13:30 Basic Ririka.M		
14:30 ~ 15:30 Pilates Workout Wako		13:30 ~ 14:30 Basic Ririka.M			13:30 ~ 14:30 Basic Ami.J	13:30 ~ 14:30 Basic 未定	14:30 ~ 15:30 jump to burn Mizuki.O		
16:30 ~ 17:30 Back&Arm Wako						15:00 ~ 16:00 Waist Ami.J	16:30 ~ 17:30 Hip&Leg Ririka.M		
						17:30 ~ 18:30 Stretch & Conditioning Ami.J			
		18:00 ~ 19:00 Waist Ami.J	18:00 ~ 19:00 jump to burn Mizuki.O	18:00 ~ 19:00 Hip&Leg Ririka.M	18:00 ~ 19:00 Body Balance Wako				
		19:30 ~ 20:30 Hip&Leg Ririka.M	19:30 ~ 20:30 Basic Ami.J	19:30 ~ 20:30 Waist Ami.J	19:30 ~ 20:30 Basic 未定				
		21:00 ~ 22:00 Basic 未定	21:00 ~ 22:00 Back&Arm Mizuki.O	21:00 ~ 22:00 Basic Ririka.M	21:00 ~ 22:00 Release&Strength Wako				

pilates K 熊本店 【 06/09 ~ 06/16 】 スケジュール								2025/06/04	更新
06/09	06/10	06/11	06/12	06/13	06/14	06/15	06/16		
月	火	水	木	金	土	日	月		
	10:30 ~ 11:30 Body Balance Wako	10:30 ~ 11:30 Hip&Leg Ririka.M		10:30 ~ 11:30 Basic Ririka.M	10:30 ~ 11:30 Back&Arm Mizuki.O	10:30 ~ 11:30 Hip&Leg Ririka.M			
	12:00 ~ 13:00 Hip&Leg Mizuki.O	12:30 ~ 13:30 Back&Arm Mizuki.O		12:00 ~ 13:00 Hip&Leg Mizuki.O	12:00 ~ 13:00 Release&Strength Wako	12:30 ~ 13:30 Waist Ami.J			
	13:30 ~ 14:30 Release&Strength Wako			13:30 ~ 14:30 Body Balance Wako	13:30 ~ 14:30 Hip&Leg Ririka.M	14:30 ~ 15:30 Basic 未定			
					15:00 ~ 16:00 jump to burn Mizuki.O	16:30 ~ 17:30 Stretch & Conditioning Ami.J			
					17:30 ~ 18:30 Basic 未定				
	18:00 ~ 19:00 Basic 未定	18:00 ~ 19:00 Waist Ami.J	18:00 ~ 19:00 Shape up waist Wako	18:00 ~ 19:00 Back&Arm Mizuki.O					
	19:30 ~ 20:30 Back&Arm Mizuki.O	19:30 ~ 20:30 Pilates Workout Wako	19:30 ~ 20:30 Basic Ami.J	19:30 ~ 20:30 Waist Ami.J					
	21:00 ~ 22:00 Hip&Leg Ririka.M	21:00 ~ 22:00 Basic Ami.J	21:00 ~ 22:00 Back&Arm Wako	21:00 ~ 22:00 Basic 未定					

・ 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時間前を切ったの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 K 熊本店 【 06/17 ~ 06/24 】 スケジュール								2025/06/04	更新
06/17	06/18	06/19	06/20	06/21	06/22	06/23	06/24		
火	水	木	金	土	日	月	火		
10:30 ~ 11:30 Basic Wako	10:30 ~ 11:30 jump to burn Wako	~	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Ririka.M	10:30 ~ 11:30 Basic 未定	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre 未定	~	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Ririka.M		
12:00 ~ 13:00 Back & Arm Mizuki.O	12:30 ~ 13:00 Basic Ririka.M	~	12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning Ayano.Y	12:00 ~ 13:00 Back & Arm Mizuki.O	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg Ayano.Y	~	12:00 ~ 13:00 Pilates Barre 未定		
13:30 ~ 14:30 Pilates Workout Wako	~	~	13:30 ~ 14:30 Basic Ririka.M	13:30 ~ 14:30 Body Balance Wako	14:30 ~ 15:30 Back & Arm Mizuki.O	~	13:30 ~ 14:30 Basic Ririka.M		
~	~	~	~	15:00 ~ 16:00 Waist Ayano.Y	16:30 ~ 17:30 Basic 未定	~	~		
~	~	~	~	~	~	~	~		
~	~	~	~	17:30 ~ 18:30 Hip & Leg Ayano.Y	~	~	~		
18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Ririka.M	18:00 ~ 19:00 Back & Arm Mizuki.O	18:00 ~ 19:00 Basic Wako	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Ayano.Y	~	~	~	18:00 ~ 19:00 Body Balance Wako		
19:30 ~ 20:30 jump to burn Mizuki.O	19:30 ~ 20:30 Basic Ririka.M	19:30 ~ 20:30 Back & Arm Mizuki.O	19:30 ~ 20:30 Basic 未定	~	~	~	19:30 ~ 20:30 Basic 未定		
21:00 ~ 22:00 Basic Ririka.M	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Mizuki.O	21:00 ~ 22:00 Pilates Workout Wako	21:00 ~ 22:00 Shape up waist Wako	~	~	~	21:00 ~ 22:00 Waist Ayano.Y		

pilates K 熊本店 【 06/25 ~ 06/30 】 スケジュール						2025/06/04	更新
06/25	06/26	06/27	06/28	06/29	06/30		
水	木	金	土	日	月		
10:30 ~ 11:30 Basic Ririka.M	~	10:30 ~ 11:30 Shape up waist Wako	10:30 ~ 11:30 Basic 未定	10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning Ayano.Y	~		
12:30 ~ 13:30 Waist Ayano.Y	~	12:00 ~ 13:00 Basic 未定	12:00 ~ 13:00 Waist Ayano.Y	12:30 ~ 13:30 Basic 未定	~		
~	~	13:30 ~ 14:30 Waist Ayano.Y	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Mizuki.O	14:30 ~ 15:30 Waist Ayano.Y	~		
~	~	~	15:00 ~ 16:00 Basic Ayano.Y	16:30 ~ 17:30 Hip & Leg Ririka.M	~		
~	~	~	~	~	~		
~	~	~	17:30 ~ 18:30 Pilates Barre 未定	~	~		
18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Mizuki.O	18:00 ~ 19:00 jump to burn Mizuki.O	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Ririka.M	~	~	~		
19:30 ~ 20:30 Release & Strength Wako	19:30 ~ 20:30 Basic Ririka.M	19:30 ~ 20:30 Stretch & Conditioning Ayano.Y	~	~	~		
21:00 ~ 22:00 Basic 未定	21:00 ~ 22:00 Body Balance Wako	21:00 ~ 22:00 Basic Ririka.M	~	~	~		

：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。