

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

pilates K 熊本店		【 07/09 ~ 07/16 】		スケジュール		2025/06/13 更新	
07/09	07/10	07/11	07/12	07/13	07/14	07/15	07/16
水	木	金	土	日	月	火	水
10:30 ~ 11:30 Shape up waist Wako		10:30 ~ 11:30 Release&Strength Wako	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre Mizuki.O	10:30 ~ 11:30 Basic Miu.F		10:30 ~ 11:30 Release&Strength Wako	10:30 ~ 11:30 Basic Miu.F
12:30 ~ 13:30 Hip & Leg 未定		12:00 ~ 13:00 Pilates Barre Mizuki.O	12:00 ~ 13:00 Waist Ami.J	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg 未定		12:00 ~ 13:00 Basic Miu.F	12:30 ~ 13:30 Back & Arm Mizuki.O
		13:30 ~ 14:30 Hip & Leg 未定	13:30 ~ 14:30 Basic Miu.F	14:30 ~ 15:30 Waist Ami.J		13:30 ~ 14:30 jump to burn Mizuki.O	
			15:00 ~ 16:00 Stretch & Conditioning Ami.J	16:30 ~ 17:30 Basic Miu.F			
			17:30 ~ 18:30 jump to burn Mizuki.O				
18:00 ~ 19:00 Pilates Barre Mizuki.O	18:00 ~ 19:00 Body Balance Wako	18:00 ~ 19:00 Back & Arm Mizuki.O				18:00 ~ 19:00 Body Balance Wako	18:00 ~ 19:00 Basic Miu.F
19:30 ~ 20:30 Waist Ami.J	19:30 ~ 20:30 Basic Miu.F	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg 未定				19:30 ~ 20:30 Back & Arm Mizuki.O	19:30 ~ 20:30 Pilates Barre Mizuki.O
21:00 ~ 22:00 Basic Miu.F	21:00 ~ 22:00 Pilates Workout Wako	21:00 ~ 22:00 Waist Ami.J				21:00 ~ 22:00 Basic Miu.F	21:00 ~ 22:00 Waist Wako

・体験可能レッスン
・クラスの個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 時間前まで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 K 熊本店

【 07/17 ~ 07/24 】 スケジュール

2025/06/13 更新

07/17	07/18	07/19	07/20	07/21	07/22	07/23	07/24
木	金	土	日	月	火	水	木
	10:30 ~ 11:30 Basic Miu.F	10:30 ~ 11:30 Pilates Workout Wako	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg 未定		10:30 ~ 11:30 Basic Miu.F	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Ririka.M	
	12:00 ~ 13:00 jump to burn Mizuki.O	12:00 ~ 13:00 Basic Ririka.M	12:30 ~ 13:30 Shape up waist Wako		12:00 ~ 13:00 jump to burn Mizuki.O	12:30 ~ 13:30 Body Balance Wako	
	13:30 ~ 14:30 Waist 未定	13:30 ~ 14:30 Back & Arm Mizuki.O	14:30 ~ 15:30 Hip & Leg 未定		13:30 ~ 14:30 Pilates Barre Mizuki.O		
		15:00 ~ 16:00 Basic Ririka.M	16:30 ~ 17:30 Body Balance Wako				
		17:30 ~ 18:30 Pilates Barre Mizuki.O					
18:00 ~ 19:00 Back & Arm Wako	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg 未定				18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Ririka.M	18:00 ~ 19:00 Pilates Barre Mizuki.O	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg 未定
19:30 ~ 20:30 Shape up waist Wako	19:30 ~ 20:30 Back & Arm Mizuki.O				19:30 ~ 20:30 Waist 未定	19:30 ~ 20:30 Back & Arm Mizuki.O	19:30 ~ 20:30 Basic Miu.F
21:00 ~ 22:00 Basic Miu.F	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg 未定				21:00 ~ 22:00 Back & Arm 未定	21:00 ~ 22:00 Basic Miu.F	21:00 ~ 22:00 Shape up waist Wako

pilates K 熊本店

【 07/25 ~ 07/31 】 スケジュール

2025/06/13 更新

07/25	07/26	07/27	07/28	07/29	07/30	07/31
金	土	日	月	火	水	木
10:30 ~ 11:30 jump to burn Wako	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg 未定	10:30 ~ 11:30 Basic 未定		10:30 ~ 11:30 Hip & Leg 未定	10:30 ~ 11:30 Basic 未定	
12:00 ~ 13:00 Hip & Leg 未定	12:00 ~ 13:00 Back & Arm Mizuki.O	12:30 ~ 13:30 Release & Strength Wako		12:00 ~ 13:00 Basic 未定	12:30 ~ 13:30 Back & Arm Wako	
13:30 ~ 14:30 Basic Wako	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg 未定	14:30 ~ 15:30 Basic 未定		13:30 ~ 14:30 Hip & Leg 未定		
	15:00 ~ 16:00 Pilates Barre Mizuki.O	16:30 ~ 17:30 Hip & Leg 未定				
	17:30 ~ 18:30 Basic 未定					
18:00 ~ 19:00 Pilates Barre Mizuki.O				18:00 ~ 19:00 Basic 未定	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg 未定	18:00 ~ 19:00 Pilates Workout Wako
19:30 ~ 20:30 Hip & Leg 未定				19:30 ~ 20:30 Back & Arm Wako	19:30 ~ 20:30 Basic 未定	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg 未定
21:00 ~ 22:00 Back & Arm Mizuki.O				21:00 ~ 22:00 Waist Wako	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg 未定	21:00 ~ 22:00 Release & Strength Wako

・体験可能レッスン
・クラスの曜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サイトをご覧ください。
・ご予約されたレッスンをキャンセルされる場合は、1週間前迄にお願しております。
・レッスン開始時間1時間前迄のキャンセルは、キャンセル料がかかります。
※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。