

pilates K 熊本店		【 07/01 ~ 07/08 】		スケジュール		2025/07/25 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 Kazuna,K		12:00 ~ 13:00 Waist Ami,J
13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Kazuna,K			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 Kazuna,K		
				17:30 ~ 18:30 Hip & Leg Kazuna,K			
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 Kazuna,K				18:00 ~ 19:00 Release&Strength Wako
19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Kazuna,K	19:30 ~ 20:30 Basic Miu,F	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Kazuna,K	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 Kazuna,K				21:00 ~ 22:00 jump to burn Wako

pilates K 熊本店		【 07/09 ~ 07/16 】		スケジュール		2025/07/25 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 Kazuna,K		12:00 ~ 13:00 Pilates Barre Mizuki,O	12:00 ~ 13:00 Waist Ami,J	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg Kazuna,K		12:00 ~ 13:00 Basic Miu,F	12:30 ~ 13:30 Back & Arm Mizuki,O
		13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Kazuna,K	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 Kazuna,K				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

【 07/17 ~ 07/24 】 スケジュール

2025/07/25 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 🍃 Kazuna,K		10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 Miu,F	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg 🍃 Ririka,M	
	12:00 ~ 13:00 jump to burn Wako	12:00 ~ 13:00 Basic 🍃 Ririka,M	12:30 ~ 13:30 Shape up waist Wako		12:30 ~ 13:00 jump to burn Mizuki,O	12:30 ~ 13:30 Body Balance Wako	
	13:30 ~ 14:30 Basic 🍃 Miu,F	13:30 ~ 14:30 Back & Arm 🍃 Wako	14:30 ~ 15:30 Hip & Leg 🍃 Kazuna,K		13:30 ~ 14:30 Hip & Leg 🍃 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 🍃 Kazuna,K				18:00 ~ 19:00 Hip & Leg 🍃 Ririka,M	18:00 ~ 19:00 Pilates Barre Mizuki,O	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg 🍃 Mizuki,O
19:30 ~ 20:30 Shape up waist Wako	19:30 ~ 20:30 Back & Arm 🍃 Wako				19:30 ~ 20:30 Basic 🍃 Miu,F	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg 🍃 Kazuna,K	19:30 ~ 20:30 Basic 🍃 Ririka,M
21:00 ~ 22:00 Basic 🍃 Miu,F	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg 🍃 Kazuna,K				21:00 ~ 22:00 Back & Arm 🍃 Ririka,M	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

2025/07/25 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 🍃 Kazuna,K	10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 Wako		10:30 ~ 11:30 Hip & Leg 🍃 Kazuna,K	10:30 ~ 11:30 Back & Arm 🍃 Mao,F	
12:00 ~ 13:00 Hip & Leg 🍃 Kazuna,K	12:00 ~ 13:00 Back & Arm 🍃 Mizuki,O	12:30 ~ 13:30 Release&Strength Wako		12:00 ~ 13:00 Back & Arm 🍃 Mao,F	12:30 ~ 13:30 Basic 🍃 Wako	
13:30 ~ 14:30 Basic 🍃 Wako	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg 🍃 Kazuna,K	14:30 ~ 15:30 Back & Arm 🍃 Mao,F		13:30 ~ 14:30 Hip & Leg 🍃 Kazuna,K		
	15:00 ~ 16:00 Pilates Barre Mizuki,O	16:30 ~ 17:30 Hip & Leg 🍃 Kazuna,K				
	17:30 ~ 18:30 Back & Arm 🍃 Mao,F					
18:00 ~ 19:00 Pilates Barre Mizuki,O				18:00 ~ 19:00 Basic 🍃 Wako	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg 🍃 Kazuna,K	18:00 ~ 19:00 jump to burn Mizuki,O
19:30 ~ 20:30 Hip & Leg 🍃 Kazuna,K				19:30 ~ 20:30 Back & Arm 🍃 Mao,F	19:30 ~ 20:30 Release&Strength Wako	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg 🍃 Kazuna,K
21:00 ~ 22:00 Back & Arm 🍃 Mizuki,O				21:00 ~ 22:00 Waist 🍃 Wako	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg 🍃 Kazuna,K	21:00 ~ 22:00 Pilates Barre Mizuki,O

🍃 : 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時間前を切つて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。