

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 Basic 🍃 Akane.I	10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning 🍃 Yuu.Y		10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 Ruka.I	10:30 ~ 11:30 Back & Arm 🍃 Ruka.I	10:30 ~ 11:30 Waist 🍃 Akane.I	close	10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 Sakurako.K
12:00 ~ 13:00 Back & Arm 🍃 Ruka.I	12:30 ~ 13:30 Basic 🍃 Yuu.Y		12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning 🍃 Yuu.Y	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg 🍃 Akane.I	12:30 ~ 13:30 Basic 🍃 Sakurako.K		12:00 ~ 13:00 Waist 🍃 Akane.I
13:30 ~ 14:30 Hip & Leg 🍃 Akane.I			13:30 ~ 14:30 Back & Arm 🍃 Ruka.I	13:30 ~ 14:30 Basic 🍃 Ruka.I	14:30 ~ 15:30 Hip & Leg 🍃 Akane.I		13:30 ~ 14:30 Basic 🍃 Sakurako.K
				15:00 ~ 16:00 Waist 🍃 Akane.I	16:30 ~ 17:30 Basic 🍃 Sakurako.K		
				17:30 ~ 18:30 Basic 🍃 Akane.I			
18:00 ~ 19:00 Waist 🍃 Yuu.Y	18:00 ~ 19:00 Basic 🍃 Sakurako.K	18:00 ~ 19:00 Back & Arm 🍃 Ruka.I	18:00 ~ 19:00 Basic 🍃 Sakurako.K				18:00 ~ 19:00 Stretch & Conditioning 🍃 Yuu.Y
19:30 ~ 20:30 Basic 🍃 Ruka.I	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg 🍃 Akane.I	19:30 ~ 20:30 Basic 🍃 Sakurako.K	19:30 ~ 20:30 Waist 🍃 Yuu.Y				19:30 ~ 20:30 Basic 🍃 Akane.I
21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning 🍃 Yuu.Y	21:00 ~ 22:00 Basic 🍃 Sakurako.K	21:00 ~ 22:00 Back & Arm 🍃 Ruka.I	21:00 ~ 22:00 Basic 🍃 Sakurako.K				21:00 ~ 22:00 Waist 🍃 Yuu.Y

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 Stretch & Conditioning 🍃 Yuu.Y		10:30 ~ 11:30 Back & Arm 🍃 Ruka.I	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg 🍃 Akane.I	10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 Ruka.I	close	10:30 ~ 11:30 Waist 🍃 Yuu.Y	10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 Ruka.I
12:30 ~ 13:30 Basic 🍃 Sakurako.K		12:00 ~ 13:00 Waist 🍃 Yuu.Y	12:00 ~ 13:00 Basic 🍃 Ruka.I	12:30 ~ 13:30 Stretch & Conditioning 🍃 Yuu.Y		12:00 ~ 13:00 Basic 🍃 Sakurako.K	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg 🍃 Akane.I
		13:30 ~ 14:30 Basic 🍃 Ruka.I	13:30 ~ 14:30 Waist 🍃 Akane.I	14:30 ~ 15:30 Basic 🍃 Ruka.I		13:30 ~ 14:30 Back & Arm 🍃 Yuu.Y	
			15:00 ~ 16:00 Back & Arm 🍃 Ruka.I	16:30 ~ 17:30 Waist 🍃 Yuu.Y			
			17:30 ~ 18:30 Basic 🍃 Sakurako.K				
18:00 ~ 19:00 Waist 🍃 Akane.I	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg 🍃 Akane.I	18:00 ~ 19:00 Basic 🍃 Sakurako.K				18:00 ~ 19:00 Waist 🍃 Akane.I	18:00 ~ 19:00 Basic 🍃 Akane.I
19:30 ~ 20:30 Back & Arm 🍃 Ruka.I	19:30 ~ 20:30 Basic 🍃 Sakurako.K	19:30 ~ 20:30 Waist 🍃 Yuu.Y				19:30 ~ 20:30 Basic 🍃 Sakurako.K	19:30 ~ 20:30 Back & Arm 🍃 Ruka.I
21:00 ~ 22:00 Hip & Leg 🍃 Akane.I	21:00 ~ 22:00 Back & Arm 🍃 Akane.I	21:00 ~ 22:00 Basic 🍃 Sakurako.K				21:00 ~ 22:00 Hip & Leg 🍃 Akane.I	21:00 ~ 22:00 Basic 🍃 Akane.I

🍃：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 K イオモール鹿児島店
【
07/17
～
07/24
】
スケジュール

2025/07/17
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 🍃 Sakurako.K	10:30 ～ 11:30 Stretch & Conditioning 🍃 Yuu.Y	10:30 ～ 11:30 Basic 🍃 Sakurako.K	close	10:30 ～ 11:30 Hip & Leg 🍃 Sakurako.K	10:30 ～ 11:30 Waist 🍃 Ruka.I	
	12:00 ～ 13:00 Waist 🍃 Yuu.Y	12:00 ～ 13:00 Basic 🍃 Sakurako.K	12:30 ～ 13:30 Back & Arm 🍃 Ruka.I		12:00 ～ 13:00 Waist 🍃 Akane.I	12:30 ～ 13:30 Basic 🍃 Sakurako.K	
	13:30 ～ 14:30 Basic 🍃 Sakurako.K	13:30 ～ 14:30 Back & Arm 🍃 Yuu.Y	14:30 ～ 15:30 Hip & Leg 🍃 Sakurako.K		13:30 ～ 14:30 Basic 🍃 Sakurako.K		
		15:00 ～ 16:00 Hip & Leg 🍃 Sakurako.K	16:30 ～ 17:30 Waist 🍃 Ruka.I				
		17:30 ～ 18:30 Waist 🍃 Yuu.Y					
18:00 ～ 19:00 Back & Arm 🍃 Yuu.Y	18:00 ～ 19:00 Basic 🍃 Ruka.I				18:00 ～ 19:00 Waist 🍃 Ruka.I	18:00 ～ 19:00 Stretch & Conditioning 🍃 Yuu.Y	18:00 ～ 19:00 Basic 🍃 Sakurako.K
19:30 ～ 20:30 Waist 🍃 Yuu.Y	19:30 ～ 20:30 Stretch & Conditioning 🍃 Yuu.Y				19:30 ～ 20:30 Basic 🍃 Akane.I	19:30 ～ 20:30 Back & Arm 🍃 Akane.I	19:30 ～ 20:30 Hip & Leg 🍃 Sakurako.K
21:00 ～ 22:00 Basic 🍃 Ruka.I	21:00 ～ 22:00 Back & Arm 🍃 Ruka.I				21:00 ～ 22:00 Back & Arm 🍃 Ruka.I	21:00 ～ 22:00 Basic 🍃 Yuu.Y	21:00 ～ 22:00 Waist 🍃 Ruka.I

pilates K イオモール鹿児島店
【
07/25
～
07/31
】
スケジュール

2025/07/17
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 Basic 🍃 Yuu.Y	10:30 ～ 11:30 Back & Arm 🍃 Yuu.Y	10:30 ～ 11:30 Basic 🍃 Ruka.I	close	10:30 ～ 11:30 Waist 🍃 Yuu.Y	10:30 ～ 11:30 Basic 🍃 Sakurako.K	
12:00 ～ 13:00 Hip & Leg 🍃 Sakurako.K	12:00 ～ 13:00 Basic 🍃 Ruka.I	12:30 ～ 13:30 Back & Arm 🍃 Yuu.Y		12:00 ～ 13:00 Basic 🍃 Ruka.I	12:30 ～ 13:30 Hip & Leg 🍃 Sakurako.K	
13:30 ～ 14:30 Back & Arm 🍃 Yuu.Y	13:30 ～ 14:30 Waist 🍃 Ruka.I	14:30 ～ 15:30 Basic 🍃 Ruka.I		13:30 ～ 14:30 Back & Arm 🍃 Yuu.Y		
	15:00 ～ 16:00 Stretch & Conditioning 🍃 Yuu.Y	16:30 ～ 17:30 Waist 🍃 Yuu.Y				
	17:30 ～ 18:30 Basic 🍃 Ruka.I					
18:00 ～ 19:00 Back & Arm 🍃 Yuu.Y				18:00 ～ 19:00 Basic 🍃 Ruka.I	18:00 ～ 19:00 Waist 🍃 Ruka.I	18:00 ～ 19:00 Basic 🍃 Ruka.I
19:30 ～ 20:30 Basic 🍃 Sakurako.K				19:30 ～ 20:30 Waist 🍃 Yuu.Y	19:30 ～ 20:30 Basic 🍃 Sakurako.K	19:30 ～ 20:30 Back & Arm 🍃 Ruka.I
21:00 ～ 22:00 Hip & Leg 🍃 Sakurako.K				21:00 ～ 22:00 Basic 🍃 Ruka.I	21:00 ～ 22:00 Back & Arm 🍃 Ruka.I	21:00 ～ 22:00 Stretch & Conditioning 🍃 Yuu.Y

🍃 : 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。