

pilates K 熊本店		【 08/01 ~ 08/08 】		スケジュール		2025/08/23 更新	
08/01	08/02	08/03	08/04	08/05	08/06	08/07	08/08
金	土	日	月	火	水	木	金
10:30 ~ 11:30 Back & Arm Mao.F	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre Mizuki.O	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Kazuna		10:30 ~ 11:30 Pilates Barre Mizuki.O	10:30 ~ 11:30 Body Balance Wako		10:30 ~ 11:30 Basic Ami.J
12:00 ~ 13:00 jump to burn Mizuki.O	12:00 ~ 13:00 Basic Wako	12:30 ~ 13:30 Pilates Workout Wako		12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Mizuki.O	12:30 ~ 13:30 Pilates Barre Mizuki.O		12:00 ~ 13:00 Back & Arm Mao.F
13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Kazuna	13:30 ~ 14:30 Back & Arm Mao.F	14:30 ~ 15:30 Basic Wako		13:30 ~ 14:30 Shape up waist Wako			13:30 ~ 14:30 Release&Strength Wako
	15:00 ~ 16:00 Hip & Leg Kazuna	16:30 ~ 17:30 Back & Arm Mao.F					
	17:30 ~ 18:30 Shape up waist Wako						
18:00 ~ 19:00 Release&Strength Wako				18:00 ~ 19:00 Back & Arm Mao.F	18:00 ~ 19:00 Pilates Workout Wako	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Kazuna	18:00 ~ 19:00 Back & Arm Mao.F
19:30 ~ 20:30 Basic Ami.J				19:30 ~ 20:30 Stretch & Conditioning Ami.J	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Kazuna	19:30 ~ 20:30 Basic Ami.J	19:30 ~ 20:30 Waist Ami.J
21:00 ~ 22:00 Waist Wako				21:00 ~ 22:00 Basic Ami.J	21:00 ~ 22:00 Back & Arm Mao.F	21:00 ~ 22:00 Waist Wako	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Kazuna

pilates K 熊本店		【 08/09 ~ 08/16 】		スケジュール		2025/08/23 更新	
08/09	08/10	08/11	08/12	08/13	08/14	08/15	08/16
土	日	月	火	水	木	金	土
10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Kazuna	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Mao.F		10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning Ami.J	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Wako		10:30 ~ 11:30 Pilates Workout Wako	10:30 ~ 11:30 Basic Ami.J
12:00 ~ 13:00 jump to burn Wako	12:30 ~ 13:30 Basic Ami.J		12:00 ~ 13:00 jump to burn Mizuki.O	12:30 ~ 13:30 Shape up waist Wako		12:00 ~ 13:00 Basic Ririka.M	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Kazuna
13:30 ~ 14:30 Basic Ririka.M	14:30 ~ 15:30 Hip & Leg Kazuna		13:30 ~ 14:30 Basic Ami.J			13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Kazuna	13:30 ~ 14:30 Pilates Workout Wako
15:00 ~ 16:00 Back & Arm Mao.F	16:30 ~ 17:30 Waist Wako						15:00 ~ 16:00 Stretch & Conditioning Ami.J
17:30 ~ 18:30 Body Balance Wako							17:30 ~ 18:30 Back & Arm Mao.F
			18:00 ~ 19:00 Pilates Barre Mizuki.O	18:00 ~ 19:00 Basic Ami.J	18:00 ~ 19:00 Back & Arm Ririka.M	18:00 ~ 19:00 Waist Ami.J	
			19:30 ~ 20:30 Shape up waist Wako	19:30 ~ 20:30 Back & Arm Mao.F	19:30 ~ 20:30 Waist Ami.J	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Kazuna	
			21:00 ~ 22:00 Back & Arm Mao.F	21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning Ami.J	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Ririka.M	21:00 ~ 22:00 Basic Ami.J	

 : 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時間前迄にお願ひしております。
 ・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

【 08/17 ~ 08/24 】 スケジュール

2025/08/23 更新

08/17 日	08/18 月	08/19 火	08/20 水	08/21 木	08/22 金	08/23 土	08/24 日
10:30 ~ 11:30 jump to burn Mizuki.O		10:30 ~ 11:30 Pilates Barre Mizuki.O	10:30 ~ 11:30 Back & Arm		10:30 ~ 11:30 jump to burn Mizuki.O	10:30 ~ 11:30 Body Balance Wako	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg
12:30 ~ 13:30 Back & Arm Mao.F		12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Mizuki.O	12:30 ~ 13:30 Stretch & Conditioning		12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Kazuna	12:00 ~ 13:00 Back & Arm Mao.F	12:30 ~ 13:30 Basic Wako
14:30 ~ 15:30 Pilates Barre Mizuki.O		13:30 ~ 14:30 Back & Arm Mao.F			13:30 ~ 14:30 Back & Arm Mao.F	13:30 ~ 14:30 Basic Ririka.M	14:30 ~ 15:30 Back & Arm Mao.F
16:30 ~ 17:30 Hip & Leg Kazuna						15:00 ~ 16:00 Back & Arm Mao.F	16:30 ~ 17:30 Release&Strength Wako
						17:30 ~ 18:30 jump to burn Wako	
		18:00 ~ 19:00 Body Balance Aml.J	18:00 ~ 19:00 Pilates Barre Mizuki.O	18:00 ~ 19:00 Stretch & Conditioning 未定	18:00 ~ 19:00 Pilates Barre Mizuki.O		
		19:30 ~ 20:30 Back & Arm Mao.F	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Kazuna	19:30 ~ 20:30 Back & Arm Mao.F	19:30 ~ 20:30 Stretch & Conditioning		
		21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Kazuna	21:00 ~ 22:00 jump to burn Mizuki.O	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Kazuna	21:00 ~ 22:00 Back & Arm Mao.F		

pilates K 熊本店

【 08/25 ~ 08/31 】 スケジュール

2025/08/23 更新

08/25 月	08/26 火	08/27 水	08/28 木	08/29 金	08/30 土	08/31 日
	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Mizuki.O	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Mao.F		10:30 ~ 11:30 Waist Miu.F	10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning	10:30 ~ 11:30 Basic Miu.F
	12:00 ~ 13:00 Back & Arm Mizuki.O	12:30 ~ 13:30 jump to burn Mizuki.O		12:00 ~ 13:00 Back & Arm Mao.F	12:00 ~ 13:00 jump to burn Mizuki.O	12:30 ~ 13:30 Stretch & Conditioning
	13:30 ~ 14:30 Release&Strength Wako			13:30 ~ 14:30 Release&Strength Wako	13:30 ~ 14:30 Back & Arm Mao.F	14:30 ~ 15:30 Hip & Leg Kazuna
					15:00 ~ 16:00 Hip & Leg Kazuna	16:30 ~ 17:30 jump to burn Mizuki.O
					17:30 ~ 18:30 Pilates Barre Mizuki.O	
	18:00 ~ 19:00 Basic Wako	18:00 ~ 19:00 Back & Arm Mao.F	18:00 ~ 19:00 Pilates Workout Wako	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Ririka.M		
	19:30 ~ 20:30 Pilates Barre Mizuki.O	19:30 ~ 20:30 Stretch & Conditioning Kazuna	19:30 ~ 20:30 Waist Wako	19:30 ~ 20:30 Shape up waist Wako		
	21:00 ~ 22:00 Shape up waist Wako	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Mizuki.O	21:00 ~ 22:00 Release&Strength 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。