

pilates K 久留米		【 10/01 ~ 10/08 】		スケジュール		2025/09/14 更新	
10/01	10/02	10/03	10/04	10/05	10/06	10/07	10/08
水	木	金	土	日	月	火	水
10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Waist		Basic	Back & Arm	Hip & Leg		Waist	Back & Arm
Ruka.I		Ruka.I	Mashiro.I	Ayu.N		Misaki.J	Ayu.N
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30
Hip & Leg		Back & Arm	Waist	Stretch & Conditioning		Back & Arm	Basic
Ayu.N		Ayu.N	Ruka.I	Misaki.J		Mashiro.I	Misaki.J
		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	
		Waist	Hip & Leg	Basic		Hip & Leg	
		Ruka.I	Ayu.N	Misaki.J		Misaki.J	
			15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30			
			Basic	Back & Arm			
			Mashiro.I	Ayu.N			
			17:30 ~ 18:30				
			Hip & Leg				
			Ayu.N				
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
Stretch & Conditioning	Waist	Hip & Leg				Basic	Waist
Misaki.J	Misaki.J	Misaki.J				Mashiro.I	Ruka.I
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
Basic	Back & Arm	Basic				Hip & Leg	Back & Arm
Ruka.I	Mashiro.I	Mashiro.I				Ayu.N	Mashiro.I
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
Waist	Basic	Stretch & Conditioning				Back & Arm	Basic
Misaki.J	Misaki.J	Misaki.J				Ayu.N	Mashiro.I

pilates K 久留米		【 10/09 ~ 10/16 】		スケジュール		2025/09/14 更新	
10/09	10/10	10/11	10/12	10/13	10/14	10/15	10/16
木	金	土	日	月	火	水	木
	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
	Hip & Leg	Waist	Basic		Back & Arm	Hip & Leg	
	Ayu.N	Ruka.I	Mashiro.I		Ayu.N	Misaki.J	
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	
	Waist	Basic	Waist		Hip & Leg	Back & Arm	
	Misaki.J	Misaki.J	Ruka.I		Ayu.N	Ruka.I	
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30		
	Back & Arm	Stretch & Conditioning	Back & Arm		Waist		
	Ayu.N	Misaki.J	Mashiro.I		Misaki.J		
		15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30				
		Hip & Leg	Waist				
		Ayu.N	Ruka.I				
		17:30 ~ 18:30					
		Back & Arm					
		Ayu.N					
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
Back & Arm	Basic				Back & Arm	Hip & Leg	Basic
Mashiro.I	Misaki.J				Ruka.I	Ayu.N	Mashiro.I
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
Basic	Waist				Stretch & Conditioning	Waist	Back & Arm
Ruka.I	Misaki.J				Misaki.J	Ruka.I	Mashiro.I
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
Waist	Basic				Waist	Back & Arm	Hip & Leg
Ruka.I	Mashiro.I				Ruka.I	Ayu.N	Ayu.N

 : 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 久留米

【 10/17 ~ 10/24 】 スケジュール

2025/09/14 更新

10/17	10/18	10/19	10/20	10/21	10/22	10/23	10/24
金	土	日	月	火	水	木	金
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30
Back & Arm 🌱	Basic 🌱	Hip & Leg 🌱		Waist 🌱	Back & Arm 🌱		Waist 🌱
Mashiro.I	Mashiro.I	Misaki.J		Ruka.I	Mashiro.I		Ruka.I
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00
Basic 🌱	Hip & Leg 🌱	Basic 🌱		Back & Arm 🌱	Basic 🌱		Back & Arm 🌱
Mashiro.I	Ayu.N	Ruka.I		Mashiro.I	Ruka.I		Mashiro.I
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30
Hip & Leg 🌱	Waist 🌱	Stretch & Conditioning 🌱		Basic 🌱			Basic 🌱
Ayu.N	Ruka.I	Misaki.J		Ruka.I			Mashiro.I
	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30					
	Back & Arm 🌱	Basic 🌱					
	Ayu.N	Mashiro.I					
	17:30 ~ 18:30						
	Basic 🌱						
	Mashiro.I						
18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
Back & Arm 🌱				Hip & Leg 🌱	Stretch & Conditioning 🌱	Waist 🌱	Basic 🌱
Ruka.I				Ayu.N	Misaki.J	Misaki.J	Misaki.J
19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
Hip & Leg 🌱				Basic 🌱	Back & Arm 🌱	Hip & Leg 🌱	Waist 🌱
Ayu.N				Mashiro.I	Ayu.N	Misaki.J	Ruka.I
21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
Waist 🌱				Back & Arm 🌱	Hip & Leg 🌱	Back & Arm 🌱	Hip & Leg 🌱
Ruka.I				Ayu.N	Misaki.J	Ayu.N	Misaki.J

pilates K 久留米

【 10/25 ~ 10/31 】 スケジュール

2025/09/14 更新

10/25	10/26	10/27	10/28	10/29	10/30	10/31
土	日	月	火	水	木	金
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30
Hip & Leg 🌱	Basic 🌱		Hip & Leg 🌱	Basic 🌱		Back & Arm 🌱
Ayu.N	Mashiro.I		Ayu.N	Misaki.J		Mashiro.I
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00
Basic 🌱	Waist 🌱		Basic 🌱	Back & Arm 🌱		Basic 🌱
Mashiro.I	Ruka.I		Misaki.J	Mashiro.I		Ruka.I
13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30
Back & Arm 🌱	Basic 🌱		Stretch & Conditioning 🌱			Waist 🌱
Ayu.N	Mashiro.I		Misaki.J			Ruka.I
15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30					
Waist 🌱	Back & Arm 🌱					
Ruka.I	Ruka.I					
17:30 ~ 18:30						
Back & Arm 🌱						
Mashiro.I						
			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
			Waist 🌱	Basic 🌱	Back & Arm 🌱	Hip & Leg 🌱
			Ruka.I	Mashiro.I	Mashiro.I	Misaki.J
			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
			Back & Arm 🌱	Hip & Leg 🌱	Waist 🌱	Back & Arm 🌱
			Ayu.N	Ayu.N	Ruka.I	Ayu.N
			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
			Basic 🌱	Back & Arm 🌱	Basic 🌱	Stretch & Conditioning 🌱
			Ruka.I	Ayu.N	Mashiro.I	Misaki.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。