

pilates K 筑紫野店 【 12/01 ~ 12/08 】 スケジュール								2025/11/22	更新
12/01	12/02	12/03	12/04	12/05	12/06	12/07	12/08		
月	火	水	木	金	土	日	月		
close	10:30 ~ 11:30 Back & Arm misaki.h	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Rion.S		10:30 ~ 11:30 Back & Arm Nagi.k	10:30 ~ 11:30 Basic Rion.S	10:30 ~ 11:30 jump to burn Rion.S	close		
	12:00 ~ 13:00 jump to burn noa.m	12:30 ~ 13:30 Stretch & Conditioning misaki.h		12:00 ~ 13:00 Basic misaki.h	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Rion.S	12:30 ~ 13:30 Basic misaki.h			
	13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning misaki.h			13:30 ~ 14:30 Back & Arm Nagi.k	13:30 ~ 14:30 jump to burn noa.m	14:30 ~ 15:30 Back & Arm Nagi.k			
					15:00 ~ 16:00 Back & Arm Nagi.k	16:30 ~ 17:30 Stretch & Conditioning misaki.h			
					17:30 ~ 18:30 Waist noa.m				
	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Rion.S	18:00 ~ 19:00 Back & Arm Nagi.k	18:00 ~ 19:00 Basic noa.m	18:00 ~ 19:00 Waist noa.m					
	19:30 ~ 20:30 Waist noa.m	19:30 ~ 20:30 Basic Rion.S	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Rion.S	19:30 ~ 20:30 Stretch & Conditioning misaki.h					
	Basic Rion.S	jump to burn Rion.S	Waist noa.m	Basic noa.m					

pilates K 筑紫野店 【 12/09 ~ 12/16 】 スケジュール								2025/11/22	更新
12/09	12/10	12/11	12/12	12/13	12/14	12/15	12/16		
火	水	木	金	土	日	月	火		
10:30 ~ 11:30 Basic noa.m	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Nagi.k		10:30 ~ 11:30 Basic misaki.h	10:30 ~ 11:30 jump to burn Rion.S	10:30 ~ 11:30 Waist noa.m	close	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Nagi.k		
12:00 ~ 13:00 Back & Arm Nagi.k	12:30 ~ 13:30 Basic noa.m		12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning misaki.h	12:00 ~ 13:00 Back & Arm Nagi.k	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg Rion.S		12:00 ~ 13:00 Basic Rion.S		
13:30 ~ 14:30 Waist noa.m			13:30 ~ 14:30 Back & Arm Nagi.k	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Rion.S	14:30 ~ 15:30 Basic Rion.S		13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Rion.S		
				15:00 ~ 16:00 Basic misaki.h	16:30 ~ 17:30 Back & Arm Nagi.k				
				17:30 ~ 18:30 Back & Arm Nagi.k					
18:00 ~ 19:00 Stretch & Conditioning misaki.h	18:00 ~ 19:00 jump to burn Rion.S	18:00 ~ 19:00 Waist noa.m	18:00 ~ 19:00 Back & Arm misaki.h				18:00 ~ 19:00 jump to burn noa.m		
19:30 ~ 20:30 jump to burn Rion.S	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Rion.S	19:30 ~ 20:30 Basic Rion.S	19:30 ~ 20:30 Waist noa.m				19:30 ~ 20:30 Basic noa.m		
21:00 ~ 22:00 Basic misaki.h	21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning misaki.h	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg noa.m	21:00 ~ 22:00 jump to burn noa.m				21:00 ~ 22:00 Back & Arm Nagi.k		

・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 筑紫野店		【 12/17 ~ 12/24 】		スケジュール		2025/11/22	更新
12/17	12/18	12/19	12/20	12/21	12/22	12/23	12/24
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
Hip&Leg		Waist	Back&Arm	Basic		Waist	Back&Arm
Rion.S		rico.S	Nagi.k	noa.m		Nagi.k	noa.m
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30
Pilates Cardio		Basic	Hip&Leg	Back&Arm		jump to burn	Waist
kia		noa.m	sakura.I	Nagi.k		noa.m	noa.m
		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	
		Release&Strength	Back&Arm	Hip&Leg		Back&Arm	
		rico.S	Nagi.k	noa.m		Nagi.k	
			15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30			
			Stretch&Conditioning	Back&Arm			
			misaki.h	Nagi.k			
			17:30 ~ 18:30				
			Basic				
			misaki.h				
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
Basic	jump to burn	Hip&Leg				Basic	Hip&Leg
noa.m	Rion.S	noa.m				misaki.h	Rion.S
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
jump to burn	Back&Arm	Basic				Stretch&Conditioning	Basic
Rion.S	Nagi.k	noa.m				misaki.h	misaki.h
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
Waist	Basic	Back&Arm				Waist	Pilates Cardio
noa.m	noa.m	Nagi.k				noa.m	Rion.S

pilates K 筑紫野店		【 12/25 ~ 12/31 】		スケジュール		2025/11/22	更新
12/25	12/26	12/27	12/28	12/29	12/30	12/31	
木	金	土	日	月	火	水	
	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	close	close	
	Hip&Leg	Basic	Hip&Leg				
	rena.H	noa.m	Rion.S				
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30				
	Pilates Cardio	Stretch&Conditioning	Basic				
	Rion.S	misaki.h	misaki.h				
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30				
	Basic	Back&Arm	Waist				
	rena.H	Nagi.k	noa.m				
		15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30				
		jump to burn	Back&Arm				
		noa.m	Nagi.k				
		17:30 ~ 18:30					
		Back&Arm					
		Nagi.k					
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00						
Pilates Cardio	Back&Arm						
Rion.S	Nagi.k						
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30						
Basic	jump to burn						
noa.m	Rion.S						
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00						
jump to burn	Back&Arm						
Rion.S	Nagi.k						

・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が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。