

pilatesK 福岡天神店		【 01/01 ~ 01/08 】			スケジュール		2025/12/14 更新	
01/01	01/02	01/03	01/04	01/05	01/06	01/07	01/08	
木	金	土	日	月	火	水	木	
close	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	
		Leg Lines	Back&Arm		Pre Basic	Pilates Barre		
		rico.S	sakura.I		kia	kia		
		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		
		Body Balance	Waist		Back&Arm	Stretch&Conditioning		
		sakura.I	rico.S		marin	rena.T		
		13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		
		Basic	Hip&Leg		jump to burn			
		rico.S	sakura.I		marin			
		15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close			
		Hip&Leg	Basic					
		sakura.I	rico.S					
		close	close					
		17:30 ~ 18:30						
		Release&Strength						
		rico.S						
		close	close		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
					Basic	Waist	Body Balance	
					rena.T	rico.S	sakura.I	
					19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
					Hip&Leg	Body Balance	Basic	
					sakura.I	sakura.I	rena.T	
					21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
					Waist	Leg Lines	Back&Arm	
		rena.T	rico.S		sakura.I			

pilatesK 福岡天神店			【 01/09 ~ 01/16 】 スケジュール					
01/09	01/10	01/11	01/12	01/13	01/14	01/15	01/16	
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	close	10:30 ~ 11:30	
Shape up waist	Back&Arm	Hip&Leg		Basic	Stretch&Conditioning		Hip&Leg	
kia	sakura.I	kia		rico.S	rena.T		sakura.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	
Release&Strength	Leg Lines	Basic		Shape up waist	Leg Lines		Pilates Barre	
rico.S	rico.S	rena.T		kia	rico.S		rena.T	
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	
Pre Basic	Pilates Cardio	Release&Strength		Pilates Barre			Body Balance	
kia	marin	kia		rena.T			sakura.I	
close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close	close		close	close
	Waist	jump to burn						
	marin	rena.T						
	close							
	17:30 ~ 18:30							
Body Balance								
sakura.I								
18:00 ~ 19:00	close	close		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
Pilates Cardio				Back&Arm	Basic	Pilates Cardio	Pre Basic	
marin				sakura.I	rico.S	rico.S	kia	
19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
Hip&Leg				Pre Basic	Hip&Leg	Body Balance	Shape up waist	
marin				kia	sakura.I	sakura.I	kia	
21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
Basic				Body Balance	Back&Arm	Basic	Stretch&Conditioning	
rico.S				sakura.I	sakura.I	rico.S	rena.T	

・休館可能レッスン
 ・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。

pilatesK 福岡天神店		【 01/17 ~ 01/24 】 スケジュール						2025/12/14 更新
01/17	01/18	01/19	01/20	01/21	01/22	01/23	01/24	
土	日	月	火	水	木	金	土	
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
Waist	Basic		Hip&Leg	Pilates Barre		Body Balance	Hip&Leg	
rico.S	rena.T		rico.S	rena.T		sakura.I	sakura.I	
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	
jump to burn	Stretch&Conditioning		Basic	Pilates Cardio		Basic	Pilates Barre	
kia	kia		rena.T	rico.S		rena.T	rena.T	
13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	
Hip&Leg	Waist		Back&Arm	Stretch&Conditioning		Back&Spine	Back&Arm	
marin	rena.T		kia	rena.T		sakura.I	sakura.I	
15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00		close	close	15:00 ~ 16:00
Pilates Cardio	Back&Arm	Release&Strength	Waist	Basic				
marin	kia	rico.S	rico.S	rena.T				
close	close	16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30	close	close			
17:30 ~ 18:30		jump to burn	Basic	17:30 ~ 18:30				
Pre Basic		rena.T	rena.T	Back&Spine				
kia		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	sakura.I				
close		close	Shape up waist	jump to burn	close			close
			kia	marin				
			close	close				
						Pre Basic	Pilates Cardio	
						kia	marin	
						19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
Pilates Barre	Hip&Leg							
rena.T	marin							
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00							
Back&Arm	Shape up waist							
kia	kia							

pilatesK 福岡天神店		【 01/25 ~ 01/31 】 スケジュール								
01/25	01/26	01/27	01/28	01/29	01/30	01/31				
日	月	火	水	木	金	土				
10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30				
Pre Basic		Pilates Barre	Waist		Back&Arm	Stretch&Conditioning				
kia		rena.T	rena.T		kia	rena.T				
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00				
Leg Lines		Shape up waist	Back&Spine		Body Balance	Pre Basic				
rico.S		kia	sakura.I		sakura.I	kia				
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30				
Stretch&Conditioning		Basic			Hip&Leg	Waist				
kia		rena.T			kia	marin				
16:30 ~ 17:30		close			close	close	15:00 ~ 16:00			
Waist							Pilates Cardio			
rico.S							marin			
close							close	close	close	close
										17:30 ~ 18:30
										Basic
	rena.T									
	18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00						18:00 ~ 19:00
	Back&Arm		Pre Basic	Stretch&Conditioning						Leg Lines
	sakura.I		kia	rena.T						rico.S
	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30						
	Pre Basic	Body Balance	Basic	jump to burn						
	kia	sakura.I	rico.S	rena.T						
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00							
Back&Spine	Pilates Barre	Waist	Basic							
sakura.I	kia	rena.T	rico.S							

・休職可能レッスン
 ・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サイトまでご確認ください。
 ・ご予約されたレッスンをキャンセルされる場合は、1週間前迄にお願いたします。
 ・レッスン開始時刻1時間前迄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。