

スケジュール

100

close

スケジュール

close

- ・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週間前迄にお願いしております。

- ・ご予約されたレッスンをキャンセルされる場合は、1週間前迄にお願いしております。
- ・レッスン開始時刻1週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 ｲﾝﾃｰﾐｰﾙ鹿児島店

【 01/17 ～ 01/24 】 スケジュール

2026/01/14 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
Basic	Waist		Hip & Leg	Basic		Back & Arm	Hip & Leg
Mei.N	Sakurako.K		Sakurako.K	Mei.N		miyuu.y	miyuu.y
12:00 ～ 13:00	12:30 ～ 13:30		12:00 ～ 13:00	12:00 ～ 13:00		12:00 ～ 13:00	12:00 ～ 13:00
Waist	Body Balance		Basic	jump to burn		Basic	Release&Strength
miyuu.y	Yuu.Y		Mei.N	Yuu.Y		Sakurako.K	Mei.N
13:30 ～ 14:30	14:30 ～ 15:30		13:30 ～ 14:30	13:30 ～ 14:30		13:30 ～ 14:30	13:30 ～ 14:30
Stretch & Conditioning	Basic		Body Balance	Basic		Hip & Leg	Back & Arm
Mei.N	Mei.N		Yuu.Y	Sakurako.K		miyuu.y	miyuu.y
15:00 ～ 16:00	16:30 ～ 17:30		15:00 ～ 16:00	15:00 ～ 16:00		close	15:00 ～ 16:00
Basic	Back & Arm		jump to burn	Release&Strength			Basic
Sakurako.K	Mei.N		Sakurako.K	Mei.N			Mei.N
			16:30 ～ 17:30	16:30 ～ 17:30			
17:30 ～ 18:30		close	Back & Arm	Hip & Leg	close	close	17:30 ～ 18:30
Hip & Leg			Mei.N	Sakurako.K			Waist
miyuu.y			18:00 ～ 19:00	18:00 ～ 19:00			miyuu.y
			Basic	Waist			
			Yuu.Y	Yuu.Y		18:00 ～ 19:00	
						Basic	
						Sakurako.K	
						Yuu.Y	
						19:30 ～ 20:30	
						Body Balance	
						Yuu.Y	
						21:00 ～ 22:00	
						Back & Arm	
						Yuu.Y	
						18:00 ～ 19:00	
						Waist	
						Yuu.Y	
						19:30 ～ 20:30	
						Basic	
						Mei.N	
						21:00 ～ 22:00	
						Stretch & Conditioning	
						Mei.N	

pilatesK ｲﾝﾃｰﾐｰﾙ鹿児島店

【 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	
Basic 🍌		Stretch & Conditioning 🍌	Back & Arm 🍌		Basic 🍌	Release&Strength	
Mei.N		Mei.N	Yuu.Y		Yuu.Y	Mei.N	
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	
jump to burn		Hip & Leg 🍌	Basic 🍌		Back & Arm 🍌	Basic 🍌	
Yuu.Y		Sakurako.K	Mei.N		miyuu.y	Yuu.Y	
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	
Back & Arm 🍌		Basic 🍌			jump to burn	Hip & Leg 🍌	
Mei.N		Mei.N			Sakurako.K	miyuu.y	
16:30 ~ 17:30		close			close	close	15:00 ~ 16:00
Body Balance							Body Balance
Yuu.Y							Yuu.Y
							17:30 ~ 18:30
						Basic 🍌	
						Mei.N	
		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		
		Body Balance	Basic 🍌	Back & Arm 🍌	Basic 🍌		
		Yuu.Y	Sakurako.K	Mei.N	Sakurako.K		
		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
		jump to burn	Release&Strength	Basic 🍌	Body Balance		
		Sakurako.K	Mei.N	Sakurako.K	Yuu.Y		
		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		
		Basic 🍌	Hip & Leg 🍌	Stretch & Conditioning 🍌	Waist 🍌		
		Yuu.Y	Sakurako.K	Mei.N	Sakurako.K		

🌱 : 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。