

スケジュール

100

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

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

※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 ｲﾝﾃｰﾐﾅﾙ鹿児島店

【 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
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	
						21:00 ～ 22:00	
						Stretch & Conditioning 	
						Mei.N	

pilatesK ｲﾝﾃｰﾐﾅﾙ鹿児島店

【 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	
Sakurako.K		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	
Hip & Leg 🍌		Basic 🍌			jump to burn	Hip & Leg 🍌	
Sakurako.K		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				
			Body Balance				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。