

pilatesK 熊本店		【 02/01 ~ 02/08 】 スケジュール						2026/01/14 更新
02/01	02/02	02/03	02/04	02/05	02/06	02/07	02/08	
日	月	火	水	木	金	土	日	
10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	2026/01/14
Basic 🌸		Hip & Leg 🌸	Basic 🌸		Back & Arm 🌸	Stretch & Conditioning 🌸	Pilates Barre	
mao.F		Mizuki.O	未定		mao.F	Ami.J	Mizuki.O	
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	
Hip & Leg 🌸		Pilates Barre	Pilates Workout		Leg Lines	Hip & Leg 🌸	Basic 🌸	
Akane.I		Mizuki.O	Akane.I		Mizuki.O	Akane.I	Ami.J	
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	
Waist 🌸		Basic 🌸			Waist 🌸	Reset Flow	Hip & Leg 🌸	
mao.F		未定			mao.F	Ami.J	Mizuki.O	
16:30 ~ 17:30					15:00 ~ 16:00	Basic 🌸	Waist 🌸	
jump to burn						未定	Ami.J	
Akane.I					17:30 ~ 18:00	Shape up waist		
						Akane.I		
		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	Basic 🌸		
		Waist 🌸	Reset Flow	Body Balance	Basic 🌸			
		mao.F	Ami.J	Ami.J	Ami.J			
		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
		Basic 🌸	Back & Arm 🌸	Basic 🌸	jump to burn			
		未定	mao.F	未定	Mizuki.O			
		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
		Back & Arm 🌸	Hip & Leg 🌸	Waist 🌸	Body Balance			
		mao.F	Mizuki.O	Ami.J	Ami.J			

pilatesK 熊本店		【 02/09 ~ 02/16 】 スケジュール					
02/09	02/10	02/11	02/12	02/13	02/14	02/15	02/16
月	火	水	木	金	土	日	月
close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
	Back & Arm 🌸	Shape up waist		Basic 🌸	Waist 🌸	Basic 🌸	
	mao.F	Akane.I		mao.F	Akane.I	mao.F	
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	
	Basic 🌸	Hip & Leg 🌸		jump to burn	Pilates Barre	Hip & Leg 🌸	
	未定	mao.F		Akane.I	Mizuki.O	Mizuki.O	
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	
	Waist 🌸	Basic 🌸		Back & Arm 🌸	Basic 🌸	Back & Arm 🌸	
	mao.F	Akane.I		mao.F	mao.F	mao.F	
		15:00 ~ 16:00			15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	
		Back & Arm 🌸			Pilates Workout	Leg Lines	
		Mizuki.O			Mizuki.O	Mizuki.O	
		17:30 ~ 18:30			17:30 ~ 18:30		
		Leg Lines			Hip & Leg 🌸		
		Mizuki.O			Akane.I		
	18:00 ~ 19:00		Ami.J	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		
	Basic 🌸			Waist 🌸	Body Balance		
	未定			Ami.J	Ami.J		
	19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
	Release&Strength			Stretch & Conditioning 🌸	Hip & Leg 🌸		
	Akane.I			Ami.J	Akane.I		
	21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		
	Back & Arm 🌸			Basic 🌸	Waist 🌸		
	Akane.I			未定	Ami.J		

■：体験可能レッスン

- ・クラスの種類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2回目以上で、月額の予約可能回数が1回に制限されます。

【 02/17 ~ 02/24 】 スケジュール								2026/01/14	更新
02/17	02/18	02/19	02/20	02/21	02/22	02/23	02/24		
火	水	木	金	土	日	月	火		
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		
Stretch & Conditioning	Hip & Leg		jump to burn	Basic	Waist		Hip & Leg		
Ami.J	mao.F		Mizuki.O	未定	mao.F		mao.F		
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00		
Shape up waist	Waist		Basic	Hip & Leg	Reset Flow		Basic		
Ami.J	mao.F		未定	mao.F	Ami.J		未定		
13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30		
Basic			Leg Lines	Body Balance	Hip & Leg		Back & Arm		
未定			Mizuki.O	Ami.J	mao.F		mao.F		
				15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30				
				Back & Arm	Basic				
				mao.F	Ami.J				
				17:30 ~ 18:30	Waist				
				Ami.J					
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00		
Pilates Barre	Waist	Basic	Stretch & Conditioning				jump to burn		
Mizuki.O	Ami.J	未定		Ami.J			Mizuki.O		
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30		
Leg Lines	Basic	Release&Strength	Pilates Barre				Basic		
Mizuki.O	未定	Mizuki.O	Mizuki.O				未定		
21:00 ~ 22:00	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	Shape up waist				Release&Strength		
未定	Ami.J	Mizuki.O	Ami.J				Mizuki.O		

【 02/25 ~ 02/28 】 スケジュール							
02/25	02/26	02/27	02/28				
水	木	金	土				
10:30 ~ 11:30			10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30			
Shape up waist		Basic	Hip & Leg				
Ami.J		未定	Mizuki.O				
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00				
Hip & Leg		Release&Strength	Basic				
mao.F		Mizuki.O	未定				
		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30				
		Basic	Waist				
		未定	Ami.J				
			15:00 ~ 16:00				
			Leg Lines				
			Mizuki.O				
			17:30 ~ 18:30				
			Body Balance				
			Ami.J				
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00				
Leg Lines	Back & Arm	Hip & Leg					
Mizuki.O	mao.F	mao.F					
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				
Back & Arm	Basic	jump to burn					
Mizuki.O	未定	Mizuki.O					
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				
Basic	Waist	Back & Arm					
未定	mao.F	mao.F					

■ : 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。