

pilatesK けんモール八幡東店		【 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		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	2026/01/14 更新	
Basic		Release&Strength	Stretch & Conditioning		Basic	Waist	Shape up waist		
sora		sora	moeno.T		sora	nagisa.f	sora		
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		
Back & Arm		Hip & Leg	Basic		Waist	Stretch & Conditioning	Hip & Leg		
nagisa.f		yuki.H	yuki.H		nagisa.f	moeno.T	yuki.H		
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30			Shape up waist	Hip & Leg	Release&Strength		
jump to burn		Basic			sora	yuki.H	sora		
sora		sora			15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30			
16:30 ~ 17:30					Back & Arm	Basic			
Waist					moeno.T	yuki.H			
nagisa.f									
close	close	close	close	close	close	close	close	close	
17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30		
Back & Arm		Basic	Back & Arm	Waist	Back & Arm	Basic			
nagisa.f		sora	moeno.T	nagisa.f	moeno.T	yuki.H			
19:00 ~ 20:00		19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00		
Back & Spine		Back & Arm	Basic	Stretch & Conditioning	Back & Arm	Basic			
yuki.H		nagisa.f	sora	moeno.T	moeno.T	yuki.H			
20:30 ~ 21:30		20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30		
Waist		jump to burn	Stretch & Conditioning	Back & Arm	nagisa.f	sora			
nagisa.f					moeno.T	nagisa.f			

pilatesK けんモール八幡東店		【 02/09 ~ 02/16 】 スケジュール						02/15 02/16	
02/09	02/10	02/11	02/12	02/13	02/14	02/15	02/16		
月	火	水	木	金	土	日	月		
10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30			10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		
Back & Arm		Back & Spine		Stretch & Conditioning	Hip & Leg	Back & Arm			
moeno.T		yuki.H		moeno.T	sora	nagisa.f			
12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30			12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		
Basic		Stretch & Conditioning		Hip & Leg	Back & Arm	Basic			
sora		moeno.T		未定	moeno.T	yuki.H			
13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30			
Stretch & Conditioning		Waist		Back & Arm	Basic	Waist			
moeno.T		sora		moeno.T	sora	nagisa.f			
15:00 ~ 16:00		Stretch & Conditioning		15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30			
moeno.T				Waist		jump to burn			
close	close	close	close	close	close	close	close	close	
17:30 ~ 18:30		Basic		17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30				
sora				Basic	Back & Arm				
17:30 ~ 18:30				yuki.H	nagisa.f	yuki.H			
Hip & Leg				17:30 ~ 18:30	Stretch & Conditioning				
未定				moeno.T					
19:00 ~ 20:00									
jump to burn									
sora									
20:30 ~ 21:30									
Back & Arm									
nagisa.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時間前まで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。

pilatesK イオンモール八幡東店

【 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 10:30 ~ 11:30	水 10:30 ~ 11:30	木 close	金 10:30 ~ 11:30	土 Back & Arm	Basic	日 Basic	火 10:30 ~ 11:30
nagisa.f	yuki.H		moeno.T	yuki.H	Mizuho.U		Stretch & Conditioning
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	Stretch & Conditioning	Waist	Back & Spine	moeno.T
Stretch & Conditioning	Shape up waist		moeno.T	nagisa.f	yuki.H		12:00 ~ 13:00
moeno.T	sora		13:30 ~ 14:30	Hip & Leg	jump to burn	Basic	Shape up waist
13:30 ~ 14:30	Back & Arm		13:30 ~ 14:30	未定	yuki.H	Mizuho.U	sora
nagisa.f			14:30 ~ 15:30	15:00 ~ 16:00	Hip & Leg	Shape up waist	
close			close	~	未定	yuki.H	close
			17:30 ~ 18:30	Basic			close
				yuki.H			
17:30 ~ 18:30	jump to burn	Back & Arm	Stretch & Conditioning	Basic			17:30 ~ 18:30
yuki.H	nagisa.f	moeno.T	moeno.T	yuki.H			Waist
19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00			yuki.H
Back & Arm	Release&Strength	Waist	Back & Arm				19:00 ~ 20:00
moeno.T	sora	nagisa.f	nagisa.f	nagisa.f			Basic
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30			sora
Basic	Waist	Back & Arm	jump to burn				20:30 ~ 21:30
yuki.H	nagisa.f	moeno.T	yuki.H				Back & Spine

pilatesK イオンモール八幡東店

【 02/25 ~ 02/28 】 スケジュール

02/25	02/26	02/27	02/28
水 10:30 ~ 11:30	木 close	金 10:30 ~ 11:30	土 Waist
Back & Arm			jump to burn
moeno.T		nagisa.f	yuki.H
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	Basic
Basic		Back & Arm	
yuki.H		nagisa.f	sora
close		13:30 ~ 14:30	Basic
			Release&Strength
		yuki.H	sora
17:30 ~ 18:30	Basic	15:00 ~ 16:00	Back & Arm
sora	Back & Arm	~	moeno.T
19:00 ~ 20:00	Stretch & Conditioning		
19:00 ~ 20:00	moeno.T		
Hip & Leg	jump to burn		
未定	sora		
20:30 ~ 21:30	Release&Strength	Back & Arm	
Stretch & Conditioning	moeno.T	moeno.T	
sora			

■ : 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。