

pilatesK 久留米		【 02/01 ~ 02/08 】		スケジュール		2026/01/19 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		
Basic		Body Balance	Basic		Hip&Leg	Back&Arm	Body Balance		
Honoka.I		Ruka.I	Mizuho.U		Misaki.J	Mashiro.I	Ruka.I		
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		
Waist		Basic	Waist		Basic	Waist	Basic		
Ruka.I		Mizuho.U	Ruka.I		Honoka.I	Ruka.I	Honoka.I		
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		
Body Balance		jump to burn			Waist	Basic	jump to burn		
Ruka.I		Ruka.I			Misaki.J	Mizuho.U	Ruka.I		
close		close			close	close	15:00 ~ 16:00	close	
							Back&Arm		close
							Ruka.I		
16:30 ~ 17:30							close	16:30 ~ 17:30	
Basic							Waist		
Honoka.I							Ruka.I	close	
close							17:00 ~ 18:00		
			Basic						
			Mizuho.U						
			18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00
		Hip & Leg	Back & Arm		Basic	Back&Arm			
		Misaki.J	Ruka.I		Mizuho.U	Mashiro.I			
		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
		Basic	Stretch&Conditioning		jump to burn	Basic			
		Mashiro.I	Mashiro.I		Ruka.I	Honoka.I			
		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
Back & Arm	Body Balance	Basic	Stretch&Conditioning						
Mashiro.I	Ruka.I	Mizuho.U	Mashiro.I						

pilatesK 久留米		【 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	close	
	Basic	Hip&Leg		Basic	Stretch&Conditioning	Basic		
	Honoka.I	Misaki.J		Honoka.I	Mashiro.I	Honoka.I		
	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		
	Hip&Leg	Basic		Back&Arm	Basic	jump to burn		
	Misaki.J	Mizuho.U		Mashiro.I	Mizuho.U	Misaki.J		
	13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		
	Basic			Basic	jump to burn	Hip&Leg		
	Honoka.I			Honoka.I	Ruka.I	Misaki.J		
	close			close	close	15:00 ~ 16:00		close
						Waist		close
						Ruka.I		
						close		
						Basic		
						Honoka.I		
						17:30 ~ 18:30		close
		Body Balance						
		Ruka.I						
		18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00		
	Basic	Stretch&Conditioning		Back&Arm	Waist			
	Mizuho.U	Mashiro.I		Mashiro.I	Ruka.I			
	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
	Stretch&Conditioning	Back&Arm		Basic	Body Balance			
	Misaki.J	Mashiro.I		Honoka.I	Ruka.I			
	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
Waist	Basic	Stretch&Conditioning	Basic					
Misaki.J	Mizuho.U	Mashiro.I	Mashiro.I					

・体験可能レッスン
 ・クラスの個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 週間前までにお申し立てください。
 ・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。

pilatesK 久留米		【 02/17 ~ 02/24 】		スケジュール		2026/01/13 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	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30		
Hip&Leg	Basic		Back&Arm	Basic	Hip&Leg		Waist		
Misaki.J	Mizuho.U		Mashiro.I	Honoka.I	Misaki.J		Ruka.I		
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00		
Basic	Back&Arm		Basic	Hip&Leg	Back&Arm		Back&Arm		
Mizuho.U	Mashiro.I		Honoka.I	Misaki.J	Mashiro.I		Ruka.I		
13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30		
jump to burn			Back&Arm	Stretch&Conditioning	Basic		Basic		
Misaki.J			Mashiro.I	Mashiro.I	Mashiro.I		Honoka.I		
close			close	close	15:00 ~ 16:00		close	close	
					Basic				
					Honoka.I				
					close		16:30 ~ 17:30		
					17:30 ~ 18:30		jump to burn		
Waist			Misaki.J						
Misaki.J	close	close	close	close	close				
18:00 ~ 19:00						18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
Waist						Hip&Leg	Waist	Basic	Basic
Misaki.J						Misaki.J	Misaki.J	Mizuho.U	Mizuho.U
19:30 ~ 20:30						19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
Hip&Leg						Back&Arm	Stretch&Conditioning	jump to burn	Body Balance
Misaki.J						Mashiro.I	Misaki.J	Misaki.J	Ruka.I
21:00 ~ 22:00						21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
Basic						jump to burn	Basic	Hip&Leg	Basic
Honoka.I	Misaki.J	Mizuho.U	Misaki.J	Mizuho.U					

pilatesK 久留米		【 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	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Stretch & Conditioning		Waist	Hip & Leg
Mashiro.I		Ruka.I	Misaki.J
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00
Basic		Body Balance	Basic
Honoka.I		Ruka.I	Mizuho.U
close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30
		Basic	Back & Arm
		Honoka.I	Mashiro.I
		close	15:00 ~ 16:00
	jump to burn		
	Misaki.J		
	close		
	17:30 ~ 18:30		
	Basic		
	Mizuho.U		
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close
Body Balance	Basic	Stretch & Conditioning	
Ruka.I	Honoka.I	Mashiro.I	
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
Waist	jump to burn	Basic	
Ruka.I	Misaki.J	Mizuho.U	
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
Hip & Leg	Waist	Back & Arm	
Misaki.J	Misaki.J	Mashiro.I	

・体験可能レッスン
 ・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。
 ・レッスン開始時間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。