

pilatesK 久留米		【 03/01 ~ 03/08 】		スケジュール		2026/02/14 更新					
03/01	03/02	03/03	03/04	03/05	03/06	03/07	03/08				
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				
Waist		Waist	Back&Arm		jump to burn	Basic	Body Balance				
Ruka.I		Misaki.J	Mashiro.I		misaki.h	Honoka.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				
Basic		Body Balance	Basic		Stretch&Conditioning	Back&Arm	jump to burn				
Honoka.I		Ruka.I	Honoka.I		misaki.h	Mashiro.I	misaki.h				
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30				
Body Balance		Hip&Leg			Basic	jump to burn	Waist				
Ruka.I		Misaki.J			Honoka.I	Ruka.I	Ruka.I				
Close		close			close	close	15:00 ~ 16:00	Close			
16:30 ~ 17:30							Basic	Close			
Basic							Honoka.I	Basic			
Honoka.I							Close	misaki.h			
close							17:30 ~ 18:30	close	close		
							Body Balance				
							Ruka.I				
			18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
			Basic				Waist			Basic	Back&Arm
	Honoka.I		Ruka.I	Honoka.I			Mashiro.I				
	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30							
	jump to burn	Stretch&Conditioning	Back&Arm	Basic							
	Ruka.I	misaki.h	Mashiro.I	Mashiro.I							
	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00							
Basic	Body Balance	Basic	jump to burn								
Honoka.I	Ruka.I	Honoka.I	Ruka.I								

pilatesK 久留米		【 03/09 ~ 03/16 】 スケジュール						
03/09	03/10	03/11	03/12	03/13	03/14	03/15	03/16	
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	
	Hip&Leg	Body Balance		Back&Arm	Basic	Waist		
	Misaki.J	Ruka.I		Mashiro.I	Mashiro.I	Ruka.I		
	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		
	Basic	Back&Arm		jump to burn	Stretch&Conditioning	Hip&Leg		
	Honoka.I	Mashiro.I		misaki.h	Mashiro.I	インストラクター未確定		
	13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		
	jump to burn			Basic	Waist	Body Balance		
	misaki.h			Mashiro.I	Ruka.I	Ruka.I		
	close			close	15:00 ~ 16:00	Close		
					Basic	Close		
					Ruka.I			
					16:30 ~ 17:30	Hip&Leg		
	close			close	17:30 ~ 18:30	インストラクター未確定		
					jump to burn	close		
					misaki.h			
		18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00
	Back&Arm	Basic		Body Balance	Basic	close		close
	Mashiro.I	misaki.h		Ruka.I	Honoka.I			
	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
	Basic	jump to burn		Basic	jump to burn			
	Honoka.I	misaki.h		Honoka.I	Ruka.I			
	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
	Stretch&Conditioning	Basic		Waist	Body Balance			
	Mashiro.I	Honoka.I		Ruka.I	Ruka.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		【 03/17 ~ 03/24 】		スケジュール		2026/02/14 更新	
03/17	03/18	03/19	03/20	03/21	03/22	03/23	03/24
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
Waist	jump to burn		Stretch&Conditioning	Basic	Body Balance		Body Balance
Ruka.I	misaki.h		misaki.h	Honoka.I	Ruka.I		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
jump to burn	Stretch&Conditioning		Basic	jump to burn	Back&Arm		Basic
misaki.h	Mashiro.I		Honoka.I	misaki.h	Mashiro.I		Mashiro.I
13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30
Basic			Waist	Back&Arm	jump to burn		Back&Arm
misaki.h			Honoka.I	Mashiro.I	Ruka.I		Mashiro.I
close			15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	Close		close
			Back&Arm	Waist			
			Mashiro.I	Honoka.I			
			Close	Close	16:30 ~ 17:30		
			Basic				
Mashiro.I							
17:30 ~ 18:30			17:30 ~ 18:30	close	close		close
Basic	Stretch&Conditioning						
Mashiro.I	Mashiro.I						
close	close						
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close			close	
Stretch&Conditioning	Basic	jump to burn					
Mashiro.I	Honoka.I	misaki.h		Basic			
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		Honoka.I			
jump to burn	Back&Arm	Stretch&Conditioning		19:30 ~ 20:30			
misaki.h	Mashiro.I	misaki.h		jump to burn			
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		misaki.h			
Back&Arm	Basic	Back&Arm		21:00 ~ 22:00			
Mashiro.I	Honoka.I	Mashiro.I		Waist			
				Honoka.I			

pilatesK 久留米		【 03/25 ~ 03/31 】			スケジュール	
03/25	03/26	03/27	03/28	03/29	03/30	03/31
水	木	金	土	日	月	火
10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30
Back & Arm		Waist	Hip & Leg	Back & Arm		Basic
Mashiro.I		Ruka.I	インストラクター未確定	Mashiro.I		Honoka.I
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00
Body Balance		Back & Arm	Basic	Stretch & Conditioning		Waist
Ruka.I		Mashiro.I	Honoka.I	Mashiro.I		Honoka.I
close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30
		Body Balance	jump to burn	Basic		Basic
		Ruka.I	Ruka.I	Honoka.I		Mashiro.I
		close	15:00 ~ 16:00	Close		close
	Hip & Leg					
	インストラクター未確定					
	Close		16:30 ~ 17:30			
	Waist					
	Honoka.I	close	17:30 ~ 18:30	close		
	Waist					
Honoka.I						
close	close					
			close			
					close	
						close
jump to burn	Back & Arm		Basic		close	Back & Arm
misaki.h	Mashiro.I		Honoka.I			Ruka.I
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 19:30	19:30 ~ 20:30			
Waist	Body Balance	Back & Arm	Stretch & Conditioning			
Honoka.I	Ruka.I	misaki.h	misaki.h			
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
Stretch & Conditioning	Basic	Waist	Body Balance			
misaki.h	Mashiro.I	Honoka.I	Ruka.I			

・休職可能レッスン
 ・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。