

pilatesK 岡山店		【 02/01 ~ 02/08 】 スケジュール						2026/02/08 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							
Waist 🏋️		Body Balance	Stretch & Conditioning 🏋️		Hip & Leg 🏋️	Basic 🏋️	Release&Strength							
Kotona.M		nanami	nanami		Miyuu.H	yui.k	Miyuu.H							
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30							
jump to burn		Basic 🏋️	Back & Arm 🏋️		Basic 🏋️	Body Balance	Back & Arm 🏋️							
Miyuu.H		Miyuu.H	Kotona.M		yui.k	nanami	nanami							
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30							
Back & Arm 🏋️		jump to burn			Release&Strength	Back & Arm 🏋️	Hip & Leg 🏋️							
Kotona.M		nanami			Miyuu.H	Kotona.M	Miyuu.H							
16:30 ~ 17:30		close			close	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30						
Basic 🏋️							Stretch & Conditioning 🏋️	Shape up waist						
Miyuu.H							nanami	nanami						
close							close	close						
							17:30 ~ 18:30							
							Basic 🏋️							
							yui.k							
close			18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close		close	
			Waist 🏋️				Basic 🏋️		Hip & Leg 🏋️	Shape up waist				
			Miyuu.H				yui.k		Miyuu.H	nanami				
		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30								
		Basic 🏋️	Waist 🏋️		Basic 🏋️	Back & Arm 🏋️								
		yui.k	Kotona.M		yui.k	Kotona.M								
		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00								
		Hip & Leg 🏋️	Basic 🏋️		jump to burn	Waist 🏋️								
		Miyuu.H	yui.k		Miyuu.H	Kotona.M								

pilatesK 岡山店		【 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	close	
	jump to burn	Basic 🌱		Back & Arm 🌱	Basic 🌱	Body Balance		
	Miyuu.H	yui.k		nanami	yui.k	nanami		
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		
	Stretch & Conditioning 🌱	Waist 🌱		Release&Strength	Back & Arm 🌱	Waist 🌱		
	nanami	Kotona.M		Miyuu.H	Kotona.M	Kotona.M		
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		
	Waist 🌱	Hip & Leg 🌱		Body Balance	Basic 🌱	Shape up waist		
	Miyuu.H	Miyuu.H		nanami	yui.k	nanami		
	close	15:00 ~ 16:00		close	close	15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30
		Basic 🌱				Waist 🌱		Back & Arm 🌱
		yui.k				Kotona.M		Kotona.M
		close				close		
		17:30 ~ 18:30				17:30 ~ 18:30		
		Back & Arm 🌱				Hip & Leg 🌱		
		Kotona.M				RINA.O		
	18:00 ~ 19:00	close		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close		
	Back & Arm 🌱			Basic 🌱	Waist 🌱			
	Kotona.M			yui.k	Kotona.M			
	19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
	Hip & Leg 🌱			jump to burn	Basic 🌱			
	nanami			nanami	yui.k			
	21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
	Waist 🌱	Stretch & Conditioning 🌱		Back & Arm 🌱				
	Kotona.M	nanami		Kotona.M				

 : 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週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 岡山店		【 02/17 ~ 02/24 】 スケジュール						2026/02/08 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	
Basic 🌱		Shape up waist				Stretch & Conditioning 🌱		Basic 🌱		Waist 🌱				Back & Arm 🌱	
yui.k		nanami				nanami		yui.k		Miyuu.H				Kotona.M	
12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30				12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30				12:00 ~ 13:00	
Body Balance		Basic 🌱				Hip & Leg 🌱		Release&Strength		Basic 🌱				Basic 🌱	
nanami		yui.k				Miyuu.H		Miyuu.H		yui.k				yui.k	
13:30 ~ 14:30		close				13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30		14:30 ~ 15:30				13:30 ~ 14:30	
Basic 🌱						jump to burn		Waist 🌱		Hip & Leg 🌱				Waist 🌱	
yui.k						nanami		Kotona.M		Miyuu.H				Kotona.M	
close						close		15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30				close	
				Hip & Leg 🌱				Basic 🌱							
				Miyuu.H				yui.k							
				close											
				17:30 ~ 18:30											
yui.k				close		close		close		18:00 ~ 19:00					
Stretch & Conditioning 🌱										Back & Arm 🌱		jump to burn			
nanami		Kotona.M								Miyuu.H					
19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30								19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30			
Waist 🌱		Basic 🌱								Waist 🌱		Release&Strength			
Kotona.M		yui.k								Kotona.M		Miyuu.H			
21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00								21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	
Back & Arm 🌱		Waist 🌱		Basic 🌱		Waist 🌱		Hip & Leg 🌱							
Kotona.M		Kotona.M		yui.k		Kotona.M		Miyuu.H							

pilatesK 岡山店		【 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
Basic 🌱		Hip & Leg 🌱	Body Balance
yui.k		nanami	nanami
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00
Hip & Leg 🌱		Basic 🌱	Waist 🌱
Miyuu.H		yui.k	Kotona.M
close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30
		Back & Arm 🌱	Basic 🌱
		nanami	yui.k
		close	15:00 ~ 16:00
			Shape up waist
			nanami
			close
			17:30 ~ 18:30
		Release&Strength	
		Miyuu.H	
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close
Shape up waist	Release&Strength	Waist 🌱	
nanami	nanami	Miyuu.H	
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
Waist 🌱	Back & Arm 🌱	Basic 🌱	
Kotona.M	Kotona.M	yui.k	
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
Body Balance	Shape up waist	jump to burn	
nanami	nanami	Miyuu.H	

🌱 : 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。