


pilatesK 岡山店		【 03/01 ~ 03/08 】 スケジュール						2026/02/13 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	close						
Pre Basic 🍌		Stretch & Conditioning 🍌	Basic 🍌		Waist 🍌	Back & Spine	Release&Strength							
nanami		nanami	Miyuu.H		kotona.M	Maiya.N	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							
Hip & Leg 🍌		Waist 🍌	Shape up waist		Back & Arm 🍌	Pre Basic 🍌	Waist 🍌							
Miyuu.H		Miyuu.H	nanami		Maiya.N	nanami	Hiromi.S							
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 🍌	Hip & Leg 🍌	Basic 🍌							
nanami		nanami			未定	Miyuu.H	Miyuu.H							
16:30 ~ 17:30		close			close	close	15:00 ~ 16:00			16:30 ~ 17:30				
jump to burn							Waist 🍌			Back & Arm 🍌				
Miyuu.H							kotona.M			Hiromi.S				
close							close			close	close	close	close	
												17:30 ~ 18:30		
												Shape up waist		
												nanami		
			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00								18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00
			Basic 🍌	Back & Spine								Back & Arm 🍌		jump to burn
			未定	Maiya.N								kotona.M		Miyuu.H
		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30									
		Release&Strength	Waist 🍌	Stretch & Conditioning 🍌	Hip & Leg 🍌									
		Miyuu.H	kotona.M	Maiya.N	Maiya.N									
21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00										
Back & Arm 🍌		Hip & Leg 🍌	Basic 🍌	Release&Strength										
kotona.M		Maiya.N	未定	Miyuu.H										

pilatesK 岡山店		【 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
	Basic 🍌	Hip & Leg 🍌		Body Balance	Waist 🍌	Basic 🍌	
	未定	Miyuu.H		nanami	kotona.M	未定	
	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	
	Hip & Leg 🍌	Back & Spine		Hip & Leg 🍌	Release&Strength	jump to burn	
	Miyuu.H	Maiya.N		Maiya.N	Miyuu.H	Miyuu.H	
	13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	
	Back & Arm 🍌			Pre Basic 🍌	Back & Spine	Waist 🍌	
	kotona.M			nanami	Maiya.N	kotona.M	
	close			close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	
					Basic 🍌	Hip & Leg 🍌	
					未定	Miyuu.H	
					close	close	
					17:30 ~ 18:30		
	Back & Arm 🍌						
	Maiya.N						
	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	
	Body Balance	Basic 🍌		Hip & Leg 🍌	Waist 🍌		
	nanami	未定		Maiya.N	Miyuu.H		
	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
Waist 🍌	jump to burn	Basic 🍌	Stretch & Conditioning 🍌				
Miyuu.H	nanami	未定	Maiya.N				
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				
Shape up waist	Back & Arm 🍌	Stretch & Conditioning 🍌	jump to burn				
nanami	kotona.M	Maiya.N	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。

pilatesK 岡山店		【 03/17 ~ 03/24 】 スケジュール						2026/02/13 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		
Shape up waist	Waist 🌱		Basic 🌱	Stretch & Conditioning 🌱	Waist 🌱		Basic 🌱		
nanami	kotona.M		Maiya.N	Maiya.N	kotona.M		未定		
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00		
Waist 🌱	Body Balance		Waist 🌱	Shape up waist	Pre Basic 🌱		Back & Arm 🌱		
kotona.M	nanami		kotona.M	nanami	nanami		Maiya.N		
13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30		
Pre Basic 🌱			Body Balance	Basic 🌱	Back & Arm 🌱		Waist 🌱		
nanami			nanami	未定	Maiya.N		kotona.M		
close			close	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30	close	
				Hip & Leg 🌱	Back & Arm 🌱		Shape up waist		
				Maiya.N	Maiya.N		nanami		
				close	close		close		
				17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30				
				Back & Arm 🌱	Waist 🌱				
kotona.M			nanami						
close			close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00				
				Back & Spine	Hip & Leg 🌱				jump to burn
				Maiya.N	Maiya.N				nanami
	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30					
	Release&Strength	Waist 🌱		Hip & Leg 🌱					
	Miyuu.H	Miyuu.H		Miyuu.H					
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				
Hip & Leg 🌱	Basic 🌱	Release&Strength	Pre Basic 🌱						
Maiya.N	Maiya.N	Miyuu.H	nanami						

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

🌱 : 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。