


pilatesK 熊本店		【 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	
Basic		Pilates Workout	Back & Arm		Hip & Leg	Pre Basic	Back & Arm	
Seina.N		Mizuki.O	Mizuki.O		mao.F	Mizuki.O	mao.F	
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		Back & Arm	Basic		Pilates Cardio	Waist	Basic	
Mizuki.O		mao.F	Seina.N		Ami.J	mao.F	Ami.J	
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	
Basic		Pilates Barre			Back & Arm	Basic	Hip & Leg	
Seina.N		Mizuki.O			mao.F	Seina.N	mao.F	
16:30 ~ 17:30						15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	
jump to burn						Hip & Leg	Waist	
Mizuki.O						Mizuki.O	Ami.J	
						17:30 ~ 18:30		
						Basic		
						Seina.N		
		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			
		Basic	Body Balance	Hip & Leg	Stretch & Conditioning			
		Seina.N	Ami.J	mao.F	Ami.J			
		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
		Waist	Pre Basic	Back & Arm	Basic			
		mao.F	Mizuki.O	mao.F	Seina.N			
		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
		Stretch & Conditioning	Waist	Basic	Waist			
		Ami.J	Ami.J	Seina.N	Ami.J			

pilatesK 熊本店		【 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	
	Body Balance	Pilates Barre		Pre Basic	Hip & Leg	Basic		
	Ami.J	Mizuki.O		Mizuki.O	mao.F	mao.F		
	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		
	Waist	Hip & Leg		Waist	Pilates Barre	Pilates Workout		
	Ami.J	mao.F		Ami.J	Mizuki.O	Mizuki.O		
	13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		
	Basic			Release&Strength	Pilates Cardio	Waist		
	Seina.N			Mizuki.O	Ami.J	mao.F		
					15:00 ~ 16:00	15:30 ~ 16:30		
					Basic	Pre Basic		
					mao.F	Mizuki.O		
					17:30 ~ 18:30			
					Back & Arm			
					Mizuki.O			
	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00				
	Hip & Leg	Waist	Stretch & Conditioning	Basic				
	mao.F	Ami.J	Ami.J	Ami.J				
	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				
	Basic	Pilates Cardio	Basic	Back & Arm				
	Seina.N	Ami.J	Seina.N	mao.F				
	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				
	Back & Arm	Basic	Waist	Hip & Leg				
	mao.F	Seina.N	Ami.J	mao.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時間前を切つ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 熊本店		【 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
Stretch & Conditioning 🌱	Back & Arm 🌱		Pilates Barre	Body Balance	Waist 🌱		Back & Arm 🌱
Ami.J	mao.F		Mizuki.O	Ami.J	Ami.J		mao.F
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00
Hip & Leg 🌱	Waist 🌱		Pilates Cardio	Basic 🌱	Back & Arm 🌱		Pilates Cardio
mao.F	Ami.J		Ami.J	Seina.N	mao.F		Ami.J
13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30
Body Balance			Basic 🌱	Waist 🌱	Basic 🌱		Hip & Leg 🌱
Ami.J			Seina.N	Ami.J	Ami.J		mao.F
			15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		
			Waist 🌱	Pilates Workout	Hip & Leg 🌱		
			Ami.J	Mizuki.O	mao.F		
			17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30			
			Release&Strength	Basic 🌱			
			Mizuki.O	Seina.N			
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00					18:00 ~ 19:00
Back & Arm 🌱	jump to burn	Waist 🌱					Pilates Barre
mao.F	Mizuki.O	Ami.J					Mizuki.O
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30					19:30 ~ 20:30
Waist 🌱	Basic 🌱	Hip & Leg 🌱					Basic 🌱
mao.F	Seina.N	mao.F					Seina.N
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00					21:00 ~ 22:00
Basic 🌱	Hip & Leg 🌱	Body Balance					jump to burn
Seina.N	Mizuki.O	Ami.J					Mizuki.O

pilatesK 熊本店		【 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
Hip & Leg 🌱		Stretch & Conditioning 🌱	Basic 🌱	Back & Arm 🌱		Basic 🌱
Mizuki.O		Ami.J	Seina.N	Mizuki.O		Seina.N
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 🌱	Basic 🌱		Back & Arm 🌱
Ami.J		Seina.N	mao.F	Seina.N		mao.F
		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		
		Pilates Cardio	Pre Basic 🌱	Hip & Leg 🌱		
		Ami.J	Mizuki.O	mao.F		
			15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		
			Waist 🌱	Release&Strength		
			mao.F	Mizuki.O		
			17:30 ~ 18:30			
			jump to burn			
			Mizuki.O			
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00
Pre Basic 🌱	Back & Arm 🌱	Release&Strength				Pilates Cardio
Mizuki.O	mao.F	Mizuki.O				Ami.J
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30
Back & Arm 🌱	Pilates Workout	Waist 🌱				Pilates Barre
mao.F	Mizuki.O	Ami.J				Mizuki.O
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00
Basic 🌱	Waist 🌱	Pilates Barre				Hip & Leg 🌱
Seina.N	Ami.J	Mizuki.O				mao.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。