

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 Pre Basic Sakurako.K	close	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg miyuu.y	10:30 ~ 11:30 Release&Strength Yuu.Y	close	10:30 ~ 11:30 jump to burn miyuu.y	10:30 ~ 11:30 Basic Sakurako.K	10:30 ~ 11:30 Back & Arm miyuu.y							
12:30 ~ 13:30 Body Balance Yuu.Y		12:00 ~ 13:00 Basic miyuu.y	12:30 ~ 13:30 Back & Arm Yuu.Y		12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning Yuu.Y	12:00 ~ 13:00 Waist インストラクター未確定	12:30 ~ 13:30 Basic Sakurako.K							
14:30 ~ 15:30 Hip & Leg Sakurako.K		13:30 ~ 14:30 Back & Arm Yuu.Y	close		close	13:30 ~ 14:30 Basic miyuu.y	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Sakurako.K	14:30 ~ 15:30 jump to burn miyuu.y						
16:30 ~ 17:30 Back & Arm Yuu.Y		close				close	close	close	15:00 ~ 16:00 Release&Strength Yuu.Y	16:30 ~ 17:30 Basic Sakurako.K				
													17:30 ~ 18:30 Pre Basic Sakurako.K	
										18:00 ~ 19:00 Stretch & Conditioning Yuu.Y	18:00 ~ 19:00 Waist インストラクター未確定	18:00 ~ 19:00 Basic Sakurako.K	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Sakurako.K	
										19:30 ~ 20:30 Pre Basic Sakurako.K	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg miyuu.y	19:30 ~ 20:30 Back & Arm miyuu.y	19:30 ~ 20:30 Body Balance Yuu.Y	
										21:00 ~ 22:00 jump to burn Sakurako.K	21:00 ~ 22:00 Basic miyuu.y	21:00 ~ 22:00 Waist インストラクター未確定	21:00 ~ 22:00 Basic Sakurako.K	

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 Basic Sakurako.K	10:30 ~ 11:30 Body Balance Yuu.Y	close	10:30 ~ 11:30 Waist インストラクター未確定	10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning Yuu.Y	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Sakurako.K	close							
	12:00 ~ 13:00 Back & Arm miyuu.y	12:30 ~ 13:30 Pre Basic Sakurako.K		12:00 ~ 13:00 Basic miyuu.y	12:00 ~ 13:00 jump to burn Yuu.Y	12:30 ~ 13:30 Back & Arm miyuu.y								
	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Sakurako.K	close		close	13:30 ~ 14:30 Release&Strength Yuu.Y	13:30 ~ 14:30 Waist インストラクター未確定		14:30 ~ 15:30 Pre Basic Sakurako.K						
					close	close		close	close	15:00 ~ 16:00 Basic Yuu.Y	16:30 ~ 17:30 Waist インストラクター未確定			
														17:30 ~ 18:30 Waist インストラクター未確定
										18:00 ~ 19:00 Release&Strength Yuu.Y	18:00 ~ 19:00 Basic miyuu.y	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg miyuu.y	18:00 ~ 19:00 Back & Arm miyuu.y	
										19:30 ~ 20:30 Waist インストラクター未確定	19:30 ~ 20:30 jump to burn miyuu.y	19:30 ~ 20:30 Stretch & Conditioning Yuu.Y	19:30 ~ 20:30 Basic Sakurako.K	
										21:00 ~ 22:00 Basic Yuu.Y	21:00 ~ 22:00 Waist インストラクター未確定	21:00 ~ 22:00 Pre Basic Sakurako.K	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Sakurako.K	

🟢：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 ｲﾝﾃｰﾙ鹿兒島店

【 03/17 ~ 03/24 】 スケジュール

2026/03/17 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 Back & Arm Yuu.Y	10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning Yuu.Y	close	10:30 ~ 11:30 Pre Basic Sakurako.K	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Sakurako.K	10:30 ~ 11:30 Basic Yuu.Y	close	10:30 ~ 11:30 Basic Yuu.Y			
12:00 ~ 13:00 Basic miyuu.y	12:00 ~ 13:00 Waist ｲﾝｽﾄﾗｸﾀｰ未確定		12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Sakurako.K	12:00 ~ 13:00 Waist ｲﾝｽﾄﾗｸﾀｰ未確定	12:30 ~ 13:30 Back & Arm ｲﾝｽﾄﾗｸﾀｰ未確定		12:00 ~ 13:00 jump to burn Yuu.Y			
13:30 ~ 14:30 Body Balance Yuu.Y	close		13:30 ~ 14:30 jump to burn Yuu.Y	13:30 ~ 14:30 Basic Sakurako.K	14:30 ~ 15:30 Waist ｲﾝｽﾄﾗｸﾀｰ未確定		13:30 ~ 14:30 Back & Arm Yuu.Y			
close			15:00 ~ 16:00 Waist ｲﾝｽﾄﾗｸﾀｰ未確定	15:00 ~ 16:00 Back & Arm ｲﾝｽﾄﾗｸﾀｰ未確定	16:30 ~ 17:30 Body Balance Yuu.Y		close	close		
			17:30 ~ 18:30 Body Balance Yuu.Y	17:30 ~ 18:30 Basic Sakurako.K	close					
			18:00 ~ 19:00 Basic miyuu.y	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg miyuu.y					18:00 ~ 19:00 Waist ｲﾝｽﾄﾗｸﾀｰ未確定	18:00 ~ 19:00 Release&Strength Yuu.Y
			19:30 ~ 20:30 jump to burn Yuu.Y	19:30 ~ 20:30 Back & Arm miyuu.y					19:30 ~ 20:30 Basic Yuu.Y	19:30 ~ 20:30 Waist ｲﾝｽﾄﾗｸﾀｰ未確定
			21:00 ~ 22:00 Hip & Leg miyuu.y	21:00 ~ 22:00 Basic Yuu.Y					21:00 ~ 22:00 Release&Strength Yuu.Y	21:00 ~ 22:00 Basic Yuu.Y

pilatesK ｲﾝﾃｰﾙ鹿兒島店

【 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 jump to burn Sakurako.K	close	10:30 ~ 11:30 Body Balance Yuu.Y	10:30 ~ 11:30 Waist ｲﾝｽﾄﾗｸﾀｰ未確定	10:30 ~ 11:30 Back & Arm ｲﾝｽﾄﾗｸﾀｰ未確定	close	10:30 ~ 11:30 Pre Basic Sakurako.K			
12:30 ~ 13:30 Pre Basic Sakurako.K		12:00 ~ 13:00 Back & Arm ｲﾝｽﾄﾗｸﾀｰ未確定	12:00 ~ 13:00 Basic Sakurako.K	12:30 ~ 13:30 Waist Sakurako.K		12:00 ~ 13:00 Waist ｲﾝｽﾄﾗｸﾀｰ未確定			
close		13:30 ~ 14:30 Basic Yuu.Y	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Sakurako.K	14:30 ~ 15:30 Stretch & Conditioning Yuu.Y		13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Sakurako.K			
		15:00 ~ 16:00 Pre Basic Sakurako.K	16:30 ~ 17:30 jump to burn Sakurako.K	close		close			
		17:30 ~ 18:30 Back & Arm ｲﾝｽﾄﾗｸﾀｰ未確定	close						
		18:00 ~ 19:00 Waist ｲﾝｽﾄﾗｸﾀｰ未確定					18:00 ~ 19:00 jump to burn Sakurako.K	18:00 ~ 19:00 Back & Arm Sakurako.K	
		19:30 ~ 20:30 Basic Yuu.Y					19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Sakurako.K	19:30 ~ 20:30 Waist ｲﾝｽﾄﾗｸﾀｰ未確定	19:30 ~ 20:30 Body Balance Yuu.Y
		21:00 ~ 22:00 Back & Arm ｲﾝｽﾄﾗｸﾀｰ未確定					21:00 ~ 22:00 Waist ｲﾝｽﾄﾗｸﾀｰ未確定	21:00 ~ 22:00 Basic Yuu.Y	21:00 ~ 22:00 Basic Sakurako.K

👉: 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。