

pilatesK 久留米 【 04/01 ~ 04/08 】 スケジュール

2020/03/14 更新

04/01	04/02	04/03	04/04	04/05	04/06	04/07	04/08
水	木	金	土	日	月	火	水
10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Body Balance		Stretch & Conditioning	Basic	Stretch & Conditioning		Body Balance	Back & Arm
Ruka.I		Mashiro.I	Mizuho.U	misaki.h		Ruka.I	misaki.h
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30
Back & Arm		Body Balance	Waist	Basic		Waist	Body Balance
Mashiro.I		Mashiro.I	Honoka.I	Mizuho.U		Honoka.I	Ruka.I
close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close
		Waist	Pre Basic	jump to burn		Basic	
		Honoka.I	misaki.h	misaki.h		Ruka.I	
		close	15:00 ~ 16:00	close		close	
	close		16:30 ~ 17:30	Basic			
17:30 ~ 18:30	close	17:30 ~ 18:30	Mizuho.U				
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
Basic	Waist	Basic			jump to burn	Hip & Leg	
Honoka.I	Ruka.I	Mizuho.U			misaki.h	Mizuho.U	
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
Back & Arm	Basic	Back & Arm			Basic	Waist	
Mashiro.I	Honoka.I	Ruka.I			Honoka.I	Honoka.I	
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
Waist	Body Balance	Basic			Back & Arm	Basic	
Honoka.I	Ruka.I	Mizuho.U			misaki.h	Mizuho.U	

pilatesK 久留米 【 04/09 ~ 04/16 】 スケジュール

04/09	04/10	04/11	04/12	04/13	04/14	04/15	04/16
木	金	土	日	月	火	水	木
close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close
	Basic	Waist	jump to burn		Basic	Stretch & Conditioning	
	Ruka.I	Ruka.I	misaki.h		Mashiro.I	Mashiro.I	
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	
	jump to burn	Basic	Waist		jump to burn	Waist	
	misaki.h	Honoka.I	Honoka.I		misaki.h	Honoka.I	
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	
	Back & Arm	jump to burn	Stretch & Conditioning		Waist	Basic	
	Ruka.I	misaki.h	misaki.h		Honoka.I	Mashiro.I	
	close	15:00 ~ 16:00	close		close	15:00 ~ 16:00	
Body Balance		Body Balance	Hip & Leg	Body Balance	Hip & Leg		
Ruka.I		Mizuho.U	Mizuho.U	Mashiro.I	Mizuho.U		
close		16:30 ~ 17:30	Basic	close	close		
close		Mizuho.U	close	close	close		
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30			
Waist	Waist	Basic	Basic	Body Balance			
Honoka.I	Honoka.I	Mizuho.U	Mizuho.U	Mashiro.I			
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	close	close	close	close	18:00 ~ 19:00
Basic	Body Balance						Pre Basic
Mashiro.I	Mashiro.I						misaki.h
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30						19:30 ~ 20:30
Body Balance	Basic						Basic
Mashiro.I	misaki.h						misaki.h
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00						21:00 ~ 22:00
Hip & Leg	Stretch & Conditioning						Waist
Mizuho.U	Mashiro.I						Honoka.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週間前までお問い合わせしております。
 ・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 久留米

【 04/17 ~ 04/24 】 スケジュール

2026/03/14 更新

04/17	04/18	04/19	04/20	04/21	04/22	04/23	04/24			
金	土	日	月	火	水	木	金			
10:30 ~ 11:30 Body Balance Mashiro.I	10:30 ~ 11:30 jump to burn misaki.h	10:30 ~ 11:30 Body Balance Mashiro.I	close	10:30 ~ 11:30 Back&Arm Ruka.I	10:30 ~ 11:30 Back&Arm misaki.h	close	10:30 ~ 11:30 Hip&Leg Mizuho.U			
12:00 ~ 13:00 Waist Honoka.I	12:00 ~ 13:00 Body Balance Mashiro.I	12:30 ~ 13:00 Basic Ruka.I		12:00 ~ 13:00 Basic Mizuho.U	12:30 ~ 13:00 Body Balance Ruka.I		12:00 ~ 13:00 Basic Mizuho.U	12:30 ~ 13:00 Basic Mizuho.U		
13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning Mashiro.I	13:30 ~ 14:30 Pre Basic misaki.h	14:30 ~ 15:30 Waist Ruka.I		13:30 ~ 14:30 Body Balance Ruka.I	13:30 ~ 14:30 Body Balance Ruka.I		13:30 ~ 14:30 jump to burn Ruka.I	13:30 ~ 14:30 jump to burn Ruka.I		
close	15:00 ~ 16:00 Basic Honoka.I	close		close	close		close	close	close	
	close									16:30 ~ 17:30 Back & Arm Mashiro.I
	16:30 ~ 17:30 Back & Arm Mashiro.I									close
	close									
18:00 ~ 19:00 Basic misaki.h	close	close		18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Mizuho.U	18:00 ~ 19:00 Waist Honoka.I		18:00 ~ 19:00 Basic Honoka.I	18:00 ~ 19:00 Waist Honoka.I		
19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Mizuho.U				19:30 ~ 20:30 Basic Honoka.I	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Mizuho.U		19:30 ~ 20:30 Waist Honoka.I	19:30 ~ 20:30 Body Balance Ruka.I		
21:00 ~ 22:00 Pre Basic misaki.h				21:00 ~ 22:00 Waist Honoka.I	21:00 ~ 22:00 Basic Honoka.I		21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Mizuho.U	21:00 ~ 22:00 Basic Honoka.I		

pilatesK 久留米

【 04/25 ~ 04/30 】 スケジュール

04/25	04/26	04/27	04/28	04/29	04/30		
土	日	月	火	水	木		
10:30 ~ 11:30 Body Balance Ruka.I	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Mizuho.U	close	10:30 ~ 11:30 Basic Mizuho.U	10:30 ~ 11:30 Pre Basic misaki.h	close		
12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Mizuho.U	12:00 ~ 13:00 Body Balance Ruka.I		12:00 ~ 13:00 Waist Honoka.I	12:00 ~ 13:00 jump to burn Ruka.I			
13:30 ~ 14:30 Waist Ruka.I	14:30 ~ 15:30 Basic Mizuho.U		13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Mizuho.U	13:30 ~ 14:30 Basic misaki.h			
15:00 ~ 16:00 Hip & Leg Mizuho.U	close		close	close		15:00 ~ 16:00 Waist Ruka.I	
close						16:30 ~ 17:30 Waist Ruka.I	
17:30 ~ 18:30 Basic Mizuho.U	close		close	close		17:30 ~ 18:30 Hip & Leg Mizuho.U	
close						18:00 ~ 19:00 jump to burn misaki.h	18:00 ~ 19:00 Pre Basic misaki.h
						19:30 ~ 20:30 Waist Ruka.I	19:30 ~ 20:30 Body Balance Ruka.I
						21:00 ~ 22:00 Pre Basic misaki.h	21:00 ~ 22:00 Waist Honoka.I

・休職可能レッスン
 ・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週間前までにお願ひしております。
 ・レッスン開始時間1時間前までのごキャンセルは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に1回に制限されます。