

pilatesK 岡山店		【 04/01 ~ 04/08 】 スケジュール						2026/03/24 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					
Pre Basic 🌱		Back & Spine	Release&Strength	Hip & Leg 🌱		Back & Arm 🌱	Waist 🌱					
nanami		Maiya.N	Miyuu.H	Maiya.N		Maiya.N	nanami					
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30					
Shape up waist		Basic 🌱	Hip & Leg 🌱	Waist 🌱		jump to burn	Basic 🌱					
Miyuu.H		kotona.M	Maiya.N	kotona.M		Miyuu.H	Maiya.N					
close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close					
		Hip & Leg 🌱	Basic 🌱	Back & Arm 🌱		Stretch & Conditioning 🌱						
		Maiya.N	Miyuu.H	Maiya.N		Maiya.N						
		close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close						
			Waist 🌱	Basic 🌱								
			kotona.M	kotona.M								
			close	close								
		17:30 ~ 18:30										
		Back & Spine										
		Maiya.N										
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	close		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00					
Back & Arm 🌱	Basic 🌱	Waist 🌱				Pre Basic 🌱	Shape up waist					
Maiya.N	Maiya.N	Miyuu.H				nanami	Miyuu.H					
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30					
Hip & Leg 🌱	Waist 🌱	Back & Arm 🌱				Hip & Leg 🌱	Basic 🌱					
Miyuu.H	kotona.M	kotona.M				Miyuu.H	kotona.M					
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00					
Waist 🌱	Stretch & Conditioning 🌱	jump to burn				Body Balance	Hip & Leg 🌱					
Miyuu.H	Maiya.N	Miyuu.H				nanami	Miyuu.H					

pilatesK 岡山店		【 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		
	Pre Basic 🌱	Shape up waist	Back & Arm 🌱		Basic 🌱	Back & Spine			
	nanami	Miyuu.H	nanami		kotona.M	Maiya.N			
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00			
	Waist 🌱	Back & Arm 🌱	Hip & Leg 🌱		Body Balance	Waist 🌱			
	kotona.M	Maiya.N	Miyuu.H		nanami	kotona.M			
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30			
	Back & Arm 🌱	Hip & Leg 🌱	Pre Basic 🌱		Back & Arm 🌱	Shape up waist			
	nanami	Miyuu.H	nanami		kotona.M	nanami			
	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00			
		Basic 🌱	jump to burn		Hip & Leg 🌱	Basic 🌱			
		Maiya.N	Miyuu.H		nanami	kotona.M			
		close	close		close	close			
		17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30			
		Release&Strength	Waist 🌱		Stretch & Conditioning 🌱	Stretch & Conditioning 🌱			
	Miyuu.H	nanami	nanami		nanami				
	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close		close	18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
	Stretch & Conditioning 🌱	jump to burn				Waist 🌱		Waist 🌱	
	nanami	Miyuu.H				kotona.M		kotona.M	
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30					
Back & Arm 🌱	Hip & Leg 🌱	Basic 🌱		Basic 🌱					
kotona.M	Maiya.N	Maiya.N		Maiya.N					
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	close	close	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
Shape up waist	Basic 🌱			Back & Arm 🌱	Back & Arm 🌱				
nanami	Miyuu.H						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			【 04/17 ~ 04/24 】	スケジュール			2026/03/24 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	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 🏋️		Waist 🏋️	Pre Basic 🏋️	Waist 🏋️		
nanami	nanami	Miyuu.H		kotona.M	nanami	nanami		
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 13:00		
Back & Arm 🏋️	Basic 🏋️	Waist 🏋️		Back & Spine	Back & Arm 🏋️	Shape up waist		
kotona.M	Maiya.N	kotona.M		Maiya.N	kotona.M	Miyuu.H		
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close	13:30 ~ 14:30		
Hip & Leg 🏋️	jump to burn	Release&Strength		Basic 🏋️		Pre Basic 🏋️		
nanami	Miyuu.H	Miyuu.H		kotona.M		nanami		
close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close		close		
	Pre Basic 🏋️	Back & Arm 🏋️						
	nanami	kotona.M						
	close							
17:30 ~ 18:30								
Shape up waist								
Miyuu.H								
18:00 ~ 19:00	close	close		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
Basic 🏋️				Body Balance	Hip & Leg 🏋️	Basic 🏋️	Back & Spine	
Maiya.N				nanami	Maiya.N	Miyuu.H	Maiya.N	
19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
jump to burn				Hip & Leg 🏋️	Shape up waist	Back & Arm 🏋️	Basic 🏋️	
Miyuu.H				Maiya.N	Miyuu.H	kotona.M	Miyuu.H	
21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
Release&Strength				Pre Basic 🏋️	Stretch & Conditioning 🏋️	jump to burn	Hip & Leg 🏋️	
Maiya.N				nanami	Maiya.N	Miyuu.H	Maiya.N	

pilatesK 岡山店		【 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	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close
Hip & Leg 🌿	Release&Strength		Shape up waist	Basic 🌿	
nanami	Maiya.N		nanami	Miyuu.H	
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	
Back & Spine	Pre Basic 🌿		Hip & Leg 🌿	Waist 🌿	
Maiya.N	nanami		Maiya.N	nanami	
13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	
Waist 🌿	Back & Arm 🌿		Body Balance	Shape up waist	
kotona.M	Maiya.N		nanami	Miyuu.H	
15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close	15:00 ~ 16:00	
Body Balance	Shape up waist			Hip & Leg 🌿	
nanami	nanami			nanami	
close	close			close	
17:30 ~ 18:30				17:30 ~ 18:30	
Basic 🌿				Back & Spine	
kotona.M				Maiya.N	
close				18:00 ~ 19:00	
	Waist 🌿		Back & Arm 🌿		
	kotona.M		kotona.M		
	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		
	jump to burn		Waist 🌿		
	Miyuu.H		kotona.M		
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		close	21:00 ~ 22:00	
Basic 🌿	Shape up waist				
kotona.M	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。