

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 Basic Yuu.Y	close	10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning Yuu.Y	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Sakurako.K	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Misuzu.K	close	10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning Mei.N	10:30 ~ 11:30 Waist miyuu.y	
12:00 ~ 13:00 Back & Arm Misuzu.K		12:00 ~ 13:00 Waist Sakurako.K	12:00 ~ 13:00 Basic Mei.N	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Sakurako.K		12:00 ~ 13:00 jump to burn miyuu.y	12:30 ~ 13:00 Basic Mei.N	
close		13:00 ~ 14:30 Pre Basic Mei.N	13:00 ~ 14:30 Release&Strength Mei.N	14:30 ~ 15:30 Body Balance Sakurako.K		close	13:30 ~ 14:30 Basic Mei.N	close
		close	15:00 ~ 16:00 jump to burn miyuu.y	16:30 ~ 17:30 Basic Yuu.Y			close	
			17:30 ~ 18:30 Basic Mei.N	close				
18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Sakurako.K		18:00 ~ 19:00 Basic Mei.N	18:00 ~ 19:00 Back & Arm Misuzu.K			close	18:00 ~ 19:00 Waist Yuu.Y	18:00 ~ 19:00 Back & Arm Misuzu.K
19:30 ~ 20:30 Waist miyuu.y		19:30 ~ 20:30 Back & Arm Misuzu.K	19:30 ~ 20:30 Basic Mei.N	19:30 ~ 20:30 Body Balance Yuu.Y			19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Sakurako.K	
21:00 ~ 22:00 Pre Basic Sakurako.K		21:00 ~ 22:00 jump to burn Yuu.Y	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg miyuu.y	close			21:00 ~ 22:00 Back & Arm Misuzu.K	21:00 ~ 22:00 Basic Sakurako.K
close		close	close				close	

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 Basic Sakurako.K	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Misuzu.K	10:30 ~ 11:30 Basic Sakurako.K	close	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Sakurako.K	10:30 ~ 11:30 Pre Basic Mei.N	close			
	12:00 ~ 13:00 Back & Arm Misuzu.K	12:00 ~ 13:00 Body Balance Yuu.Y	12:30 ~ 13:30 Back & Arm Misuzu.K		12:00 ~ 13:00 Basic Mei.N	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Sakurako.K				
	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Sakurako.K	13:30 ~ 14:30 Waist Sakurako.K	14:30 ~ 15:30 Pre Basic Mei.N		13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning Mei.N	13:30 ~ 14:30 jump to burn Yuu.Y				
	close	close	15:00 ~ 16:00 Pre Basic Sakurako.K		16:30 ~ 17:30 Release&Strength Yuu.Y	15:00 ~ 16:00 Back & Arm Misuzu.K		15:00 ~ 16:00 Basic Mei.N		
			close		close	close		17:30 ~ 18:30 Stretch & Conditioning Yuu.Y	17:30 ~ 18:30 Body Balance Yuu.Y	17:30 ~ 18:30 Waist Sakurako.K
								close	close	close
	18:00 ~ 19:00 Release&Strength Mei.N	18:00 ~ 19:00 Waist miyuu.y	close		18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Sakurako.K					
	19:30 ~ 20:30 Basic miyuu.y	19:30 ~ 20:30 Body Balance Yuu.Y			19:30 ~ 20:30 Waist Yuu.Y					
	21:00 ~ 22:00 Waist miyuu.y	21:00 ~ 22:00 Pre Basic Mei.N			close	21:00 ~ 22:00 Pre Basic Sakurako.K				
	close	close				close				

🟢：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 イオニル鹿児島店

【 04/17 ~ 04/24 】 スケジュール

2026/03/18 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	close	10:30 ~ 11:30												
Waist	Back&Arm	Pre Basic		Body Balance	Back&Arm		Basic												
miyuu.y	Misuzu.K	Mei.N		Yuu.Y	Misuzu.K		Yuu.Y												
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00												
Basic	Hip & Leg	Waist		Back & Arm	Basic		Body Balance												
miyuu.y	miyuu.y	miyuu.y		Misuzu.K	Mei.N		Sakurako.K												
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30												
Stretch & Conditioning	Pre Basic	Back & Arm		Basic	close		Waist												
Mei.N	Mei.N	Misuzu.K		Yuu.Y			Yuu.Y												
close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close			close	close	close										
	Body Balance	Basic																	
	Sakurako.K	miyuu.y																	
close	17:30 ~ 18:30	close	close			close				close	close								
	jump to burn																		
	Yuu.Y																		
18:00 ~ 19:00	close											close	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		
Pre Basic														Waist	jump to burn	Release&Strength	Basic		
Sakurako.K														Sakurako.K	Sakurako.K	Mei.N	Mei.N		
19:30 ~ 20:30														close	close	close	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
Back & Arm					Hip & Leg												Stretch & Conditioning	Pre Basic	Hip & Leg
Misuzu.K					miyuu.y												Yuu.Y	Mei.N	Sakurako.K
21:00 ~ 22:00				close	close		close	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00								21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
Body Balance								Basic	Hip & Leg								Waist	Stretch & Conditioning	
Sakurako.K								miyuu.y	miyuu.y								Yuu.Y	Mei.N	

pilatesK イオニル鹿児島店

【 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										
jump to burn	Hip & Leg		Back & Arm	Basic											
miyuu.y	miyuu.y		Misuzu.K	Mei.N											
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00											
Pre Basic	Stretch & Conditioning		Basic	Back & Arm											
Sakurako.K	Mei.N		Yuu.Y	Misuzu.K											
13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30											
Back & Arm	Basic		jump to burn	Waist											
Misuzu.K	miyuu.y		Yuu.Y	miyuu.y											
15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close	close		15:00 ~ 16:00	close								
Basic	Back & Arm					Pre Basic									
Yuu.Y	Misuzu.K					Sakurako.K									
close	close	close			close	close		close							
									17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30					
									Waist	Hip & Leg					
miyuu.y	miyuu.y														
close	close								close	close	close	close			
													18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
													Hip & Leg	Basic	
miyuu.y	Yuu.Y														
close	close												close	close	close
			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30											
			Basic	Back & Arm											
miyuu.y	Misuzu.K														
close	close	close	close	close	close										
						21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00								
						Release&Strength	jump to burn								
Yuu.Y	miyuu.y														

👉 : 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。