

06/01	06/02	06/03	06/04	06/05	06/06	06/07	06/08					
月	火	水	木	金	土	日	月					
close	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Miyuu.H	10:30 ~ 11:30 Shape up waist Miyuu.H	close	10:30 ~ 11:30 Pre Basic nanami	10:30 ~ 11:30 Waist kotona.M	10:30 ~ 11:30 Back & Arm kotona.M	close					
	12:00 ~ 13:00 Basic Mahiro.K	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg Miyuu.H		12:00 ~ 13:00 Hip & Leg nanami	12:00 ~ 13:00 Basic 未定	12:30 ~ 13:30 Pre Basic nanami						
	13:30 ~ 14:30 Shape up waist Miyuu.H	close		13:30 ~ 14:30 Basic Mahiro.K	13:30 ~ 14:30 Back & Arm kotona.M	14:30 ~ 15:30 Waist kotona.M						
	close			18:00 ~ 19:00 Pilates Workout nanami	18:00 ~ 19:00 Waist kotona.M	18:00 ~ 19:00 Back & Arm kotona.M		18:00 ~ 19:00 Basic 未定	close			
				19:30 ~ 20:30 Basic 未定	19:30 ~ 20:30 Back & Arm nanami	19:30 ~ 20:30 Basic 未定		19:30 ~ 20:30 Waist kotona.M				
				21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning nanami	21:00 ~ 22:00 jump to burn nanami	21:00 ~ 22:00 Waist kotona.M		21:00 ~ 22:00 Back & Arm kotona.M				
				close		close		15:00 ~ 16:00 Basic Mahiro.K		16:30 ~ 17:30 Body Balance nanami		
				close		close		17:30 ~ 18:30 Basic 未定		close		

06/09	06/10	06/11	06/12	06/13	06/14	06/15	06/16			
火	水	木	金	土	日	月	火			
10:30 ~ 11:30 Pilates Workout nanami	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg nanami	close	10:30 ~ 11:30 Body Balance nanami	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Miyuu.H	10:30 ~ 11:30 Basic 未定	close	10:30 ~ 11:30 Shape up waist nanami			
12:00 ~ 13:00 Release & Strength nanami	12:00 ~ 13:00 Basic Mahiro.K		12:00 ~ 13:00 Basic Mahiro.K	12:00 ~ 13:00 jump to burn Miyuu.H	12:30 ~ 13:30 Release & Strength Miyuu.H		12:00 ~ 13:00 Waist kotona.M			
13:30 ~ 14:30 Basic Mahiro.K	close		13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Miyuu.H	13:30 ~ 14:30 Back & Arm kotona.M	14:30 ~ 15:30 Basic 未定		13:30 ~ 14:30 Pre Basic nanami			
close			18:00 ~ 19:00 Basic 未定	18:00 ~ 19:00 jump to burn Miyuu.H	18:00 ~ 19:00 Shape up waist Miyuu.H		15:00 ~ 16:00 Basic 未定	16:30 ~ 17:30 Shape up waist Miyuu.H	close	
			19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Miyuu.H	19:30 ~ 20:30 Basic 未定	19:30 ~ 20:30 Shape up waist nanami		17:30 ~ 18:30 Release & Strength Miyuu.H	18:00 ~ 19:00 Release & Strength Miyuu.H		
			21:00 ~ 22:00 Shape up waist Miyuu.H	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Miyuu.H	21:00 ~ 22:00 Basic Mahiro.K		21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Miyuu.H	19:30 ~ 20:30 Basic Mahiro.K		21:00 ~ 22:00 jump to burn 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

【 06/17 ~ 06/24 】 スケジュール

2026/05/16 更新

06/17	06/18	06/19	06/20	06/21	06/22	06/23	06/24
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
Basic		Hip & Leg	Basic	Back & Arm		Waist	Stretch & Conditioning
Mahiro.K		nanami	Mahiro.K	kotona.M		kotona.M	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
jump to burn		Stretch & Conditioning	Pilates Workout	Hip & Leg		Back & Arm	Basic
nanami		nanami	nanami	Nami.M		kotona.M	Mahiro.K
close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close
		Basic	Basic	Waist		Basic	
		Mahiro.K	未定	kotona.M		未定	
		close	15:00 ~ 15:30	16:30 ~ 17:30		close	
	Hip & Leg		Hip & Leg				
nanami	Nami.M						
17:30 ~ 18:30	Pre Basic	nanami					
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
Basic	Back & Arm	Waist			Waist	Back & Arm	
未定	kotona.M	kotona.M			kotona.M	kotona.M	
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
Waist	Basic	Back & Arm			Back & Arm	Basic	
kotona.M	Mahiro.K	kotona.M	kotona.M	未定			
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	close	close	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
Basic	Waist	Basic			Basic	Waist	
未定	kotona.M	未定	未定	kotona.M			

pilatesK 岡山店

【 06/25 ~ 06/30 】 スケジュール

06/25	06/26	06/27	06/28	06/29	06/30
木	金	土	日	月	火
close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30
	Back & Arm	Basic	Waist		Hip & Leg
	kotona.M	未定	Nami.M		Nami.M
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00
	Basic	Waist	Basic		Basic
	Mahiro.K	Nami.M	未定		未定
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30
	Waist	Hip & Leg	Hip & Leg		Waist
	kotona.M	Nami.M	Nami.M		Nami.M
	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close
Basic		Basic			
未定		未定			
close	17:30 ~ 18:30	close			
	Hip & Leg				
Nami.M					
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	close	18:00 ~ 19:00	
Basic	Basic			Back & Arm	
Mahiro.K	未定			kotona.M	
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30	
Pilates Workout	Back & Arm			Body Balance	
nanami	kotona.M	nanami			
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	close	close	21:00 ~ 22:00	
Back & Arm	Basic			Waist	
kotona.M	未定	未定	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。