

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 Body Balance Yuka.N	10:30 ~ 11:30 Waist Kasumi.A	close	close	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre Honoka.T	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Yuka.N	close	
	12:00 ~ 13:00 Back & Arm Kanami.O	12:30 ~ 13:30 Basic Mizuho.T			12:00 ~ 13:00 Shape up waist Honoka.T	12:30 ~ 13:30 Waist Mizuho.T		
	13:30 ~ 14:30 Pilates Cardio Yuka.N	close			13:30 ~ 14:30 Back & Arm Kanami.O	14:30 ~ 15:30 Body Balance Yuka.N		
	18:00 ~ 19:00 Waist Kasumi.A				18:00 ~ 19:00 Body Balance Honoka.T	15:00 ~ 16:00 jump to burn Kanami.O		16:30 ~ 17:30 Basic Mizuho.T
	19:30 ~ 20:30 Back & Spine Kanami.O				19:30 ~ 20:30 Basic Mizuho.T	close		close
	21:00 ~ 22:00 Basic Kanami.O				21:00 ~ 22:00 Pilates Barre Honoka.T			
						17:30 ~ 18:30 Hip & Leg Honoka.T		

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 Waist Kasumi.A	10:30 ~ 11:30 jump to burn Kanami.O	close	10:30 ~ 11:30 Pre Basic Ayumu.T	10:30 ~ 11:30 jump to burn Kanami.O	10:30 ~ 11:30 Basic Koto.A	close	10:30 ~ 11:30 Pre Basic Sachi			
12:00 ~ 13:00 Basic Mizuho.T	12:30 ~ 13:30 Waist Kasumi.A		12:00 ~ 13:00 Waist Kasumi.A	12:00 ~ 13:00 Waist Kasumi.A	12:30 ~ 13:30 Shape up waist Koto.A		12:00 ~ 13:00 Waist Kasumi.A			
13:30 ~ 14:30 Back & Arm Kanami.O	close		13:30 ~ 14:30 Basic Ayumu.T	13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning Kanami.O	14:30 ~ 15:30 Waist Kasumi.A		13:30 ~ 14:30 Pilates Cardio Sachi			
18:00 ~ 19:00 Pre Basic Honoka.T			18:00 ~ 19:00 Basic Mizuho.T	18:00 ~ 19:00 Pilates Cardio Sachi	18:00 ~ 19:00 jump to burn Kanami.O		15:00 ~ 16:00 Basic Mizuho.T	18:00 ~ 19:00 Waist Mizuho.T		
19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Kanami.O			19:30 ~ 20:30 Pilates Barre Honoka.T	19:30 ~ 20:30 Basic Koto.A	19:30 ~ 20:30 Waist Kasumi.A		16:30 ~ 17:30 Back & Arm Koto.A	19:30 ~ 20:30 Body Balance Sachi		
21:00 ~ 22:00 jump to burn Kanami.O			21:00 ~ 22:00 Body Balance Honoka.T	21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning Sachi	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Kanami.O		close	21:00 ~ 22:00 Basic Mizuho.T		
							17:30 ~ 18:30 Back & Spine Kanami.O			

🟢：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 伊佐津南店

【 06/17 ~ 06/24 】 スケジュール

2026/05/14 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 Body Balance Honoka.T	close	10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio Sachi	10:30 ~ 11:30 Basic Mizuho.T	10:30 ~ 11:30 Body Balance Honoka.T	10:30 ~ 11:30 jump to burn Kanami.O	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Sachi	10:30 ~ 11:30 Back & Spine Kanami.O				
12:30 ~ 13:30 Basic Mizuho.T		12:00 ~ 13:00 Waist Kasumi.A	12:00 ~ 13:00 Pilates Barre Sachi	12:30 ~ 13:30 Basic Mizuho.T	12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning Kanami.O	12:00 ~ 13:00 Basic Mizuho.T	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg Kanami.O				
close		13:30 ~ 14:30 Body Balance Sachi	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Sachi	14:30 ~ 15:30 Waist Kasumi.A	13:30 ~ 14:30 Basic Mizuho.T	13:30 ~ 14:30 Back & Arm Sachi	close	close			
		close	close	close	close	close					
									17:30 ~ 18:30 Pilates Cardio Sachi	close	close
									close		
18:00 ~ 19:00 Pilates Barre Honoka.T		18:00 ~ 19:00 Back & Arm Honoka.T	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Kanami.O	close	18:00 ~ 19:00 Back & Arm Kanami.O	18:00 ~ 19:00 Back & Spine Kanami.O	18:00 ~ 19:00 Basic Mizuho.T				
19:30 ~ 20:30 Basic Mizuho.T		19:30 ~ 20:30 Waist Kasumi.A	19:30 ~ 20:30 Back & Spine Kanami.O		19:30 ~ 20:30 Basic Mizuho.T	19:30 ~ 20:30 Pilates Cardio Sachi	19:30 ~ 20:30 Body Balance Sachi				
21:00 ~ 22:00 Waist Kasumi.A		21:00 ~ 22:00 Basic Mizuho.T	21:00 ~ 22:00 Waist Kasumi.A		close	21:00 ~ 22:00 Waist Kasumi.A	21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning Kanami.O	21:00 ~ 22:00 Pilates Barre Sachi			

pilatesK 伊佐津南店

【 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 Waist Kasumi.A	10:30 ~ 11:30 Pre Basic Sachi	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Koto.A	close	10:30 ~ 11:30 Basic Mizuho.T		
	12:00 ~ 13:00 Basic Mizuho.T	12:00 ~ 13:00 Waist Mizuho.T	12:30 ~ 13:30 Shape up waist Koto.A		12:00 ~ 13:00 Back & Spine Kanami.O		
	13:30 ~ 14:30 Pilates Barre Sachi	13:30 ~ 14:30 Pilates Cardio Sachi	14:30 ~ 15:30 Waist Kasumi.A		13:30 ~ 14:30 Shape up waist Sachi		
	close	close	close		close		
						17:30 ~ 18:30 Basic Mizuho.T	close
						close	
	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Kanami.O	18:00 ~ 19:00 Basic Mizuho.T	close		18:00 ~ 19:00 Shape up waist Sachi		18:00 ~ 19:00 Pre Basic Sachi
	19:30 ~ 20:30 jump to burn Kanami.O	19:30 ~ 20:30 Pre Basic Sachi			19:30 ~ 20:30 Waist Kasumi.A	19:30 ~ 20:30 Stretch & Conditioning Kanami.O	
	21:00 ~ 22:00 Waist Kasumi.A	21:00 ~ 22:00 Shape up waist Sachi			close	21:00 ~ 22:00 Pilates Barre Sachi	21:00 ~ 22:00 jump to burn Kanami.O

👉 : 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。