

pilatesK 岡山店		【 08/01 ~ 08/08 】 スケジュール						2026/07/14 更新													
08/01		08/02		08/03		08/04		08/05		08/06		08/07		08/08							
土		日		月		火		水		木		金		土							
10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		close		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		close		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30							
Basic 🌿		Body Balance				jump to burn		Basic 🌿				Waist 🌿		Hip & Leg 🌿							
Ritsuko.y		kotona.M				nanami		Mahiro.K				kotona.M		Ritsuko.y							
12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30				12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30				12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00							
Pilates Workout		Hip & Leg 🌿				Basic 🌿		Hip & Leg 🌿				Basic 🌿		Shape up waist							
nanami		Ritsuko.y				Ritsuko.y		nanami				Mahiro.K		nanami							
13:30 ~ 14:30		14:30 ~ 15:30				13:30 ~ 14:30		close				13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30							
Basic 🌿		Back & Arm 🌿				Release&Strength						Back & Arm 🌿		Back & Arm 🌿							
Mahiro.K		kotona.M				nanami						kotona.M		kotona.M							
15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30				close		close				close		close		15:00 ~ 16:00					
Beauty Conditioning 🌿		Basic 🌿		Pre Basic 🌿																	
nanami		Ritsuko.y		nanami																	
close		close		close																	
17:30 ~ 18:30				17:30 ~ 18:30																	
Hip & Leg 🌿				Basic 🌿																	
Ritsuko.y				Mahiro.K																	
close				18:00 ~ 19:00						18:00 ~ 19:00						18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		close	
				Waist 🌿						Shape up waist						Basic 🌿		Hip & Leg 🌿			
				kotona.M						nanami						Mahiro.K		Ritsuko.y			
				19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30											
				Basic 🌿		Waist 🌿		Body Balance		Basic 🌿											
				Mahiro.K		kotona.M		kotona.M		Ritsuko.y											
		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00													
Back & Arm 🌿		Back & Arm 🌿		Basic 🌿		Pilates Workout															
kotona.M		nanami		Mahiro.K		nanami															

pilatesK 岡山店		【 08/09 ~ 08/16 】 スケジュール					
08/09	08/10	08/11	08/12	08/13	08/14	08/15	08/16
日	月	火	水	木	金	土	日
10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Basic 🌿		Back & Arm 🌿	Shape up waist		Basic 🌿	Beauty Conditioning 🌿	Basic 🌿
Ritsuko.y		kotona.M	nanami		Mahiro.K	nanami	Mahiro.K
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30
Waist 🌿		Beauty Conditioning 🌿	Waist 🌿		Pilates Workout	Basic 🌿	Back & Arm 🌿
nanami		nanami	nanami		nanami	Mahiro.K	kotona.M
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30
Hip & Leg 🌿		Basic 🌿			Pre Basic 🌿	Hip & Leg 🌿	Waist 🌿
Ritsuko.y		Mahiro.K			nanami	Ritsuko.y	kotona.M
16:30 ~ 17:30		15:00 ~ 16:00			close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30
Release&Strength		Hip & Leg 🌿				jump to burn	Basic 🌿
nanami		Ritsuko.y				nanami	Mahiro.K
close		close				close	close
		17:30 ~ 18:30				17:30 ~ 18:30	
		Basic 🌿				Basic 🌿	
		Mahiro.K				Mahiro.K	
		close	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
				Basic 🌿	jump to burn	Waist 🌿	
				Ritsuko.y	nanami	kotona.M	
				19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
				Back & Arm 🌿	Pre Basic 🌿	Hip & Leg 🌿	
		kotona.M	nanami	Ritsuko.y			
		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
		Hip & Leg 🌿	Back & Arm 🌿	Basic 🌿			
		Ritsuko.y	kotona.M	Ritsuko.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。

pilatesK 岡山店		【 08/17 ~ 08/24 】 スケジュール						2026/07/14 更新					
08/17	08/18	08/19	08/20	08/21	08/22	08/23	08/24						
月	火	水	木	金	土	日	月						
close	10:30 ~ 11:30 Back & Arm 🏊 kotona.M	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg 🏊 Ritsuko.y	close	10:30 ~ 11:30 Waist 🏊 kotona.M	10:30 ~ 11:30 Basic 🏊 Mahiro.K	10:30 ~ 11:30 Body Balance kotona.M	close						
	12:00 ~ 13:00 Shape up waist nanami	12:30 ~ 13:30 Basic 🏊 Mahiro.K		12:00 ~ 13:00 Hip & Leg 🏊 Ritsuko.y	12:00 ~ 13:00 Waist 🏊 kotona.M	12:30 ~ 13:30 Shape up waist arisa							
	13:30 ~ 14:30 Pre Basic 🏊 nanami	close		13:30 ~ 14:30 Back & Arm 🏊 kotona.M	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg 🏊 Ritsuko.y	14:30 ~ 15:30 Back & Arm 🏊 kotona.M							
	close			close	close	15:00 ~ 16:00 Basic 🏊 Mahiro.K		16:30 ~ 17:30 Release&Strength arisa					
						close		close					
						17:30 ~ 18:30 Back & Arm 🏊 kotona.M							
						close							
									close				
								18:00 ~ 19:00 jump to burn RINA.O		18:00 ~ 19:00 Back & Arm 🏊 kotona.M	18:00 ~ 19:00 Waist 🏊 kotona.M	18:00 ~ 19:00 Pilates Workout arisa	close
								19:30 ~ 20:30 Back & Arm 🏊 kotona.M		19:30 ~ 20:30 Basic 🏊 Mahiro.K	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg 🏊 Ritsuko.y	19:30 ~ 20:30 Basic 🏊 Ritsuko.y	
						21:00 ~ 22:00 Waist 🏊 RINA.O		21:00 ~ 22:00 Body Balance kotona.M		21:00 ~ 22:00 Basic 🏊 Mahiro.K	21:00 ~ 22:00 Release&Strength arisa		

pilatesK 岡山店		【 08/25 ~ 08/31 】 スケジュール				
08/25	08/26	08/27	08/28	08/29	08/30	08/31
火	水	木	金	土	日	月
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close
Waist 🏊	Hip & Leg 🏊		Basic 🏊	Pilates Workout	Waist 🏊	
RINA.O	Ritsuko.y		Mahiro.K	nanami	nanami	
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	
Basic 🏊	Back & Arm 🏊		Waist 🏊	Basic 🏊	Hip & Leg 🏊	
Ritsuko.y	Yuika.H		kotona.M	Mahiro.K	Ritsuko.y	
13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	
Hip & Leg 🏊			Basic 🏊	Hip & Leg 🏊	Basic 🏊	
Ritsuko.y			Mahiro.K	Ritsuko.y	Ritsuko.y	
close			close	close	15:00 ~ 16:00	
		Basic 🏊			Body Balance	
		Mahiro.K			kotona.M	
		close			close	
		17:30 ~ 18:30				
		Release&Strength				
nanami						
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	close	
Basic 🏊	Waist 🏊	Beauty Conditioning 🏊	Basic 🏊			
Mahiro.K	kotona.M	Hiromi.S	Ritsuko.y			
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
Hip & Leg 🏊	Basic 🏊	Waist 🏊	Back & Arm 🏊			
Ritsuko.y	Mahiro.K	kotona.M	kotona.M			
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	close	close	
Basic 🏊	Back & Arm 🏊	Pre Basic 🏊	Hip & Leg 🏊			
Mahiro.K	kotona.M	Hiromi.S	Ritsuko.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。