

pilatesK 岡山店		【 08/01 ~ 08/08 】 スケジュール						2026/07/31 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	15:00 ~ 16:00		
Beauty Conditioning 🌿	Basic 🌿							Pre Basic 🌿		
nanami	Ritsuko.y							nanami		
close	close							close	close	
17:30 ~ 18:30								17:30 ~ 18:30		
Hip & Leg 🌿								Basic 🌿		
Ritsuko.y								Mahiro.K		
close		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 🌿	Back & Arm 🌿	Basic 🌿	
Ritsuko.y		kotona.M	nanami		kotona.M	kotona.M	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 🌿	Body Balance	
nanami		nanami	nanami		nanami	Mahiro.K	nanami	
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 🌿	Beauty Conditioning 🌿	Waist 🌿	
Ritsuko.y		Mahiro.K			nanami	nanami	nanami	
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	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 🌿	Hip & Leg 🌿	Waist 🌿		
				Ritsuko.y	Ritsuko.y	kotona.M		
				19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
				Back & Arm 🌿	Basic 🌿	Back & Arm 🌿		
				kotona.M	Ritsuko.y	kotona.M		
		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
		Hip & Leg 🌿	Back & Arm 🌿	Basic 🌿				
		Ritsuko.y	kotona.M	Mahiro.K				

🌿：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。

pilatesK 岡山店

【 08/17 ~ 08/24 】 スケジュール

2026/07/31 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		
	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 🏊	Waist 🏊		Waist 🏊	Basic 🏊	Hip & Leg 🏊		
Ritsuko.y	Rio.Y		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		16:30 ~ 17:30
					Release&Strength		Body Balance
					nanami		kotona.M
					close		close
					17:30 ~ 18:30		
		Basic 🏊					
		Mahiro.K					
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				
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。