

pilatesK ゆめタウン荒尾シティモール		【 09/01 ~ 09/08 】		スケジュール		2026/08/15 更新	
09/01	09/02	09/03	09/04	09/05	09/06	09/07	09/08
火	水	木	金	土	日	月	火
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	close	10:30 ~ 11:30
Pre Basic	Waist		Back&Arm	Basic			Hip&Leg
Riri.O	Miyu.F		Riri.O	Nanaho.U			Nanaho.U
12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30		12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30			12:30 ~ 13:30
Back&Arm	Pre Basic		Hip&Leg	Waist			Waist
Miyu.F	Riri.O		Nanaho.U	Miyu.F			YUNA.S
close	close		close	14:30 ~ 15:30			close
				Hip&Leg			
				Nanaho.U			
				close			
				17:00 ~ 18:00			
				Back&Arm			
				Miyu.F			
				close			
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	close	close	17:30 ~ 18:30	
Waist	Basic	Hip&Leg	Basic	Basic			
Miyu.F	Riri.O	Nanaho.U	Nanaho.U	YUNA.S			
19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00			
Basic	Hip&Leg	Back&Arm	Waist	Back&Arm			
Nanaho.U	Nanaho.U	Miyu.F	YUNA.S	Miyu.F			

pilatesK ゆめタウン荒尾シティモール		【 09/09 ~ 09/16 】		スケジュール						
09/09	09/10	09/11	09/12	09/13	09/14	09/15	09/16			
水	木	金	土	日	月	火	水			
10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30			
Back&Arm		Hip&Leg	Back&Arm			Back&Arm	Hip&Leg			
Miyu.F		Nanaho.U	Miyu.F			Miyu.F	Nanaho.U			
12:30 ~ 13:30		12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30			12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30			
Hip&Leg		Basic	Pre Basic			Hip&Leg	Basic			
Nanaho.U		YUNA.S	Riri.O			Nanaho.U	YUNA.S			
close		close	close			14:30 ~ 15:30	close	close	close	close
						Waist				
						Miyu.F				
						close				
	17:00 ~ 18:00									
	Basic									
YUNA.S	close	close	close	close	close	close				
17:30 ~ 18:30							17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30
Waist							Basic	Waist	Waist	Pre Basic
YUNA.S							Miyu.F	Miyu.F	YUNA.S	Riri.O
19:00 ~ 20:00							19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00
Pre Basic							Hip&Leg	Pre Basic	Basic	Back&Arm
Riri.O	Nanaho.U	Riri.O	Nanaho.U	Miyu.F						

・体験可能レッスン
 ・クラスの個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 時間前まで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 ゆめタウン荒尾シティモール		【 09/17 ~ 09/24 】		スケジュール		2026/08/15 更新		
09/17	09/18	09/19	09/20	09/21	09/22	09/23	09/24	
木	金	土	日	月	火	水	木	
close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	
	Basic	Hip & Leg		Pre Basic	Hip & Leg	Back & Arm		
	YUNA.S	Riri.O		YUNA.S	Nanaho.U	Miyu.F		
	12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30		12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30		
	Waist	Waist		Basic	Waist	Pre Basic		
	Miyu.F	YUNA.S		Nanaho.U	YUNA.S	Riri.O		
	close	14:30 ~ 15:30		14:30 ~ 15:30	14:30 ~ 15:30	14:30 ~ 15:30		14:30 ~ 15:30
		Pre Basic		Waist	Basic	Hip & Leg		
		YUNA.S		YUNA.S	Nanaho.U	Nanaho.U		
		close		close	close	close		
		17:00 ~ 18:00		17:00 ~ 18:00	17:00 ~ 18:00	17:00 ~ 18:00		
		Back & Arm		Hip & Leg	Pre Basic	Waist		
		Riri.O		Nanaho.U	Riri.O	YUNA.S		
	close	close		close	close	close		close
17:30 ~ 18:30			17:30 ~ 18:30				17:30 ~ 18:30	
Hip & Leg			Back & Arm				Back & Arm	
Nanaho.U			Riri.O				Miyu.F	
19:00 ~ 20:00			19:00 ~ 20:00				19:00 ~ 20:00	
Waist	Hip & Leg	Basic						
Miyu.F	Nanaho.U	Nanaho.U						

pilatesK ゆめタウン荒尾シティモール		【 09/25 ~ 09/30 】		スケジュール							
09/25		09/26		09/27		09/28		09/29		09/30	
金		土		日		月		火		水	
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	close	close	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Waist		Pre Basic						Waist	Hip & Leg		
YUNA.S		YUNA.S						Miyu.F	Nanaho.U		
12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30					12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30		
Basic		Hip & Leg						Hip & Leg	Back & Arm		
Riri.O		Riri.O						Nanaho.U	Miyu.F		
close	close	14:30 ~ 15:30						close	close	close	close
		Back & Arm									
		Miyu.F									
		close									
		17:00 ~ 18:00									
Waist		Waist									
Miyu.F											
close	close	close	close	close	close	close	close				
								17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30
								Hip & Leg		Back & Arm	Basic
								Nanaho.U		Miyu.F	Nanaho.U
								19:00 ~ 20:00		19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00
Back & Arm		Basic	Waist								
Miyu.F				未確定	YUNA.S						

・休職可能レッスン
 ・クラスの曜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サイトまでご確認ください。
 ・ご予約されたレッスンをキャンセルされる場合は、1週間前迄にお願ひしております。
 ・レッスン開始時刻1時間前迄のキャンセルは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。