

pilatesK 熊本店		【 10/01 ~ 10/08 】 スケジュール						2026/09/13 更新							
10/01		10/02		10/03		10/04		10/05		10/06		10/07		10/08	
木		金		土		日		月		火		水		木	
Close		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30					10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30			
		Pre Basic 🌿		Back&Arm 🌿		Beauty Conditioning 🌿				Waist 🌿		Hip&Leg 🌿			
		Mizuki.O		Anon.F		Miu.F				Seina.N		mao.F			
		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30					12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30			
		Back&Arm 🌿		Reset Flow		Hip&Leg 🌿				Back&Arm 🌿		Pre Basic 🌿			
		Anon.F		Ami.J		Ririka.M				Anon.F		Mizuki.O			
		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30					13:30 ~ 14:30	Close		Close		
		Pilates Workout		Basic 🌿		Shape up waist				Basic 🌿					
		Mizuki.O		Seina.N		Miu.F				Seina.N					
		Close		15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30				Close					
				Pilates Cardio		Basic 🌿									
					Ami.J		Ririka.M								
					Close		Close								
					17:30 ~ 18:30										
				Waist 🌿											
				Seina.N											
				Close											
18:00 ~ 19:00	19:00 ~ 19:00									18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			
Basic 🌿	Waist 🌿									Beauty Conditioning 🌿	Pilates Cardio	Reset Flow			
Seina.N	Seina.N									Ami.J	Ami.J	Ami.J			
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30									19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
Release&Strength	Back&Arm 🌿								Basic 🌿	Release&Strength	Hip&Leg 🌿				
Mizuki.O	Anon.F								Anon.F	Mizuki.O	mao.F				
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00								21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				
Waist 🌿	Basic 🌿								Reset Flow	Back&Arm 🌿	Basic 🌿				
mao.F	Seina.N								Ami.J	Anon.F	mao.F				

pilatesK 熊本店			【 10/09 ~ 10/16 】 スケジュール					
10/09	10/10		10/11	10/12	10/13	10/14	10/15	10/16
金	土		日	月	火	水	木	金
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	Close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	Close	10:30 ~ 11:30
Waist 🌿	Back & Spine		Pre Basic 🌿		Back & Arm 🌿	Release&Strength		Hip & Leg 🌿
Seina.N	mao.F		Mizuki.O		Anon.F	Mizuki.O		Mizuki.O
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00
Pilates Workout	Basic 🌿		Waist 🌿		Basic 🌿	Hip & Leg 🌿		Basic 🌿
Mizuki.O	Anon.F		Seina.N		Anon.F	mao.F		Anon.F
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	13:30 ~ 14:30		Close	Close		13:30 ~ 14:30
Hip & Leg 🌿	Beauty Conditioning 🌿	Pilates Cardio	Hip & Leg 🌿				Pilates Cardio	
mao.F	Ami.J	Ami.J	mao.F				Ami.J	
Close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	Close				Close	
	Waist 🌿	Release&Strength						
	Seina.N	Mizuki.O						
	Close							
	17:30 ~ 18:30							
Style up Pilates								
Ami.J								
18:00 ~ 19:00	Close	Close	18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
Back & Arm 🌿			Pre Basic 🌿		Style up Pilates	Pilates Cardio	Release&Strength	
Anon.F			Mizuki.O		Ami.J	Ami.J	Mizuki.O	
19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
Basic 🌿			Waist 🌿	Back & Arm 🌿	Basic 🌿	Back & Arm 🌿		
Anon.F			Seina.N	Anon.F	Seina.N	Anon.F		
21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		
Back & Spine	Pilates Workout	Reset Flow	Back & Arm 🌿	Waist 🌿				
mao.F	Mizuki.O	Ami.J	Anon.F	Seina.N				

🌿：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 熊本店		【 10/17 ~ 10/24 】 スケジュール						2026/09/13 更新
10/17	10/18	10/19	10/20	10/21	10/22	10/23	10/24	
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 🌈	Hip & Leg 🌈		Pilates Cardio	Waist 🌈		Back & Arm 🌈	Pre Basic 🌈	
Anon.F	mao.F		Ami.J	Seina.N		Anon.F	Mizuki.O	
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	
Waist 🌈	Basic 🌈		Back & Arm 🌈	Reset Flow		Waist 🌈	Hip & Leg 🌈	
Seina.N	Anon.F		Anon.F	Ami.J		Seina.N	mao.F	
13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	Close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	
Hip & Leg 🌈	Release&Strength		Beauty Conditioning 🌈			Basic 🌈	Release&Strength	
mao.F	mao.F		Ami.J			Seina.N	Mizuki.O	
15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		Close			Close	Close	15:00 ~ 16:00
Back & Arm 🌈	Back & Arm 🌈							Basic 🌈
Anon.F	Anon.F							mao.F
Close	Close							Close
17:30 ~								17:30 ~ 18:30
Basic 🌈								Back & Arm 🌈
Seina.N								Mizuki.O
Close	Close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	Close		
		Waist 🌈	Basic 🌈	Shape up waist	Back & Arm 🌈			
		Seina.N	Anon.F	Ami.J	Anon.F			
		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
		Back & Spine	Pilates Workout	Back & Arm 🌈	Pre Basic 🌈			
		mao.F	Mizuki.O	Anon.F	Mizuki.O			
		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
Pre Basic 🌈	Hip & Leg 🌈	Basic 🌈	Release&Strength					
Mizuki.O	mao.F	Seina.N	Mizuki.O					

pilatesK 熊本店		【 10/25 ~ 10/31 】 スケジュール										
10/25	10/26	10/27	10/28	10/29	10/30	10/31						
日	月	火	水	木	金	土						
10:30 ~ 11:30	Close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	Close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30						
Waist 🇲🇵		Hip & Leg 🇲🇵	Pre Basic 🇲🇵		Basic 🇲🇵	Waist 🇲🇵						
Seina.N		mao.F	Mizuki.O		Seina.N	Seina.N						
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00						
Back & Spine		Pre Basic 🇲🇵	Back & Spine		Hip & Leg 🇲🇵	Reset Flow						
mao.F		Mizuki.O	mao.F		mao.F	Ami.J						
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	Close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30						
Basic 🇲🇵		Reset Flow			Release&Strength	Hip & Leg 🇲🇵						
Anon.F		Ami.J			mao.F	mao.F						
16:30 ~ 17:30		Close			Close	Close	15:00 ~ 16:00					
Hip & Leg 🇲🇵							Pre Basic 🇲🇵					
mao.F							Mizuki.O					
Close							Close	Close	Close	Close		
											17:30 ~ 18:30	
											Basic 🇲🇵	
											Anon.F	
			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00							18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
			Release&Strength	Reset Flow							Basic 🇲🇵	Back & Arm 🇲🇵
Mizuki.O			Ami.J	mao.F			Anon.F					
19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	Close							
Shape up waist		Basic 🇲🇵	Style up Pilates	Waist 🇲🇵								
Ami.J		mao.F	Ami.J	Seina.N								
21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00								
Basic 🇲🇵		Pilates Cardio	Beauty Conditioning 🇲🇵	Basic 🇲🇵								
Seina.N		Ami.J	Ami.J	Anon.F								

 : 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。