

11/01	11/02	11/03	11/04	11/05	11/06	11/07	11/08
日	月	火	水	木	金	土	日
close	close	10:30 ~ 11:30 Pre Basic 🌿 Miu.N	10:30 ~ 11:30 Waist 🌿 sora	close	10:30 ~ 11:30 Basic 🌿 sora	10:30 ~ 11:30 Hip&Leg 🌿 sora	close
		12:30 ~ 13:30 Release&Strength sora	12:30 ~ 13:30 Basic 🌿 Miu.N		12:30 ~ 13:30 Waist 🌿 mayu.t	12:30 ~ 13:30 Waist 🌿 mayu.t	
		14:30 ~ 15:30 Hip&Leg 🌿 sora	close		close	14:30 ~ 15:30 Basic 🌿 sora	
		close					
		17:00 ~ 18:00 Beauty Conditioning 🌿 Miu.N					
		close					
			17:30 ~ 18:30 Release&Strength sora		17:30 ~ 18:30 Waist 🌿 mayu.t	17:30 ~ 18:30 Hip&Leg 🌿 sora	
			19:00 ~ 20:00 Hip&Leg 🌿 sora		19:00 ~ 20:00 Beauty Conditioning 🌿 Miu.N	19:00 ~ 20:00 Back&Arm 🌿 mayu.t	
			20:30 ~ 21:30 Pre Basic 🌿 Miu.N		20:30 ~ 21:30 Back&Arm 🌿 mayu.t	20:30 ~ 21:30 Release&Strength sora	

11/09	11/10	11/11	11/12	11/13	11/14	11/15	11/16
月	火	水	木	金	土	日	月
close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	close
	Back & Arm 🌿	Hip & Leg 🌿		Pre Basic 🌿	Basic 🌿		
	mayu.t	sora		Miu.N	Miu.N		
	12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30		12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30		
	Beauty Conditioning 🌿	Back & Arm 🌿		Hip & Leg 🌿	Back & Arm 🌿		
	Miu.N	mayu.t		sora	mayu.t		
	close	close		close	14:30 ~ 15:30		
					Release&Strength		
					sora		
					close		
					17:00 ~ 18:00		
					Hip & Leg 🌿		
					sora		
	close	close		close	close		
Waist 🌿			Basic 🌿			Release&Strength	Waist 🌿
mayu.t			Miu.N			sora	mayu.t
19:00 ~ 20:00			19:00 ~ 20:00			19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00
Basic 🌿			Waist 🌿			Hip & Leg 🌿	Basic 🌿
Miu.N			sora			sora	Miu.N
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30				
Back & Arm 🌿	Beauty Conditioning 🌿	Basic 🌿	Back & Arm 🌿				
mayu.t	Miu.N	Miu.N	mayu.t				

🌿：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 イオン都城

【 11/17 ~ 11/24 】 スケジュール

2026/10/12 更新

11/17	11/18	11/19	11/20	11/21	11/22	11/23	11/24	
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	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
Waist 🌿	Basic 🌿		Back & Arm 🌿	Waist 🌿		Basic 🌿	Pre Basic 🌿	
mayu.t	sora		mayu.t	mayu.t		Miu.N	Rena.K	
12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30		12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30		12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30
Release&Strength	Waist 🌿		Beauty Conditioning 🌿	Basic 🌿		Waist 🌿	Back & Arm 🌿	
sora	mayu.t		Miu.N	Miu.N		mayu.t	mayu.t	
close	close		close	14:30 ~ 15:30		close	close	close
				Back & Arm 🌿				
				mayu.t				
				close				
				17:00 ~ 18:00				
				Pre Basic 🌿				
				Miu.N				
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	close	close	close		
Hip & Leg 🌿	Back & Arm 🌿	Pre Basic 🌿	Basic 🌿				Beauty Conditioning 🌿	
sora	mayu.t	Rena.K	Miu.N				Miu.N	
19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00				19:00 ~ 20:00	
Back & Arm 🌿	Hip & Leg 🌿	Back & Arm 🌿	Waist 🌿				Basic 🌿	
mayu.t	sora	mayu.t	mayu.t				Miu.N	
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30				20:30 ~ 21:30	
Basic 🌿	Release&Strength	Waist 🌿	Pre Basic 🌿				Waist 🌿	
sora	sora	Rena.K	Miu.N				mayu.t	

pilatesK イオン都城

【 11/25 ~ 】 スケジュール

11/25	11/26	11/27	11/28	11/29	11/30
水	木	金	土	日	月
10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	close
Waist 🌿		Release&Strength	Hip & Leg 🌿		
mayu.t		sora	sora		
12:30 ~ 13:30		12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30		
Pre Basic 🌿		Waist 🌿	Beauty Conditioning 🌿		
Miu.N		mayu.t	Miu.N		
close		close	14:30 ~ 15:30		
			Pre Basic 🌿		
			Miu.N		
			close		
			17:00 ~ 18:00		
			Waist 🌿		
			mayu.t		
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	close		
Hip & Leg 🌿	Basic 🌿	Back & Arm 🌿			
sora	Miu.N	Miu.N			
19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00			
Release&Strength	Back & Arm 🌿	Basic 🌿			
sora	mayu.t	Miu.N			
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30			
Basic 🌿	Beauty Conditioning 🌿	Hip & Leg 🌿			
Miu.N	Miu.N	sora			

🌿: 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。