pilatesK　ゆめタウン荒尾シティモール

【 11/01 ～ 11/08 】 スケジュール

2026/10/28 更新

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 Hip＆Leg Nanaho.u 12:30 ～ 13:30 Beauty Conditioning YUNA.S 14:30 ～ 15:30 Basic Nanaho.u close 17:00 ～ 18:00 Back＆Arm chiya.Y close	10:30 ～ 11:30 Basic Nanaho.u 12:30 ～ 13:30 Hip＆Leg Nanaho.u close 16:30 ～ 17:30 Pre Basic YUNA.S 18:00 ～ 19:00 Back＆Arm chiya.Y 19:30 ～ 20:30 Beauty Conditioning YUNA.S	close	10:30 ～ 11:30 Hip＆Leg Nanaho.u 12:30 ～ 13:30 Waist miyu.F close 16:30 ～ 17:30 Back＆Arm chiya.Y 18:00 ～ 19:00 Basic miyu.F 19:30 ～ 20:30 Back＆Arm chiya.Y	10:30 ～ 11:30 Back＆Arm chiya.Y 12:30 ～ 13:30 Basic miyu.F 14:30 ～ 15:30 Back＆Arm chiya.Y close 17:00 ～ 18:00 Waist miyu.F close	close

【 11/09 ～ 11/16 】 スケジュール

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 Basic Nanaho.u 12:30 ～ 13:30 Waist miyu.F close 16:30 ～ 17:30 Hip＆Leg Nanaho.u 18:00 ～ 19:00 Back＆Arm chiya.Y 19:30 ～ 20:30 Back＆Arm chiya.Y	10:30 ～ 11:30 Hip＆Leg Nanaho.u 12:30 ～ 13:30 Back＆Arm chiya.Y close 16:30 ～ 17:30 Waist miyu.F 18:00 ～ 19:00 Basic miyu.F 19:30 ～ 20:30 Back＆Arm chiya.Y	close	10:30 ～ 11:30 Back＆Arm chiya.Y 12:30 ～ 13:30 Hip＆Leg Nanaho.u close 16:30 ～ 17:30 Waist miyu.F 18:00 ～ 19:00 Back＆Arm chiya.Y 19:30 ～ 20:30 Basic miyu.F	10:30 ～ 11:30 Basic miyu.F 12:30 ～ 13:30 Waist miyu.F 14:30 ～ 15:30 Back＆Arm chiya.Y close 17:00 ～ 18:00 Back＆Arm chiya.Y close	close	close

：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　ゆめタウン荒尾シティモール　【 11/17 ～ 11/24 】 スケジュール

2026/10/28 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 Waist miyu.F	10:30 ～ 11:30 Basic Nanaho.u		10:30 ～ 11:30 Hip＆Leg Nanaho.u	10:30 ～ 11:30 Back＆Arm chiya.Y			10:30 ～ 11:30 Pre Basic YUNA.S
12:30 ～ 13:30 Basic Nanaho.u	12:30 ～ 13:30 Beauty Conditioning miyu.F		12:30 ～ 13:30 Waist miyu.F	12:30 ～ 13:30 Basic miyu.F			12:30 ～ 13:30 Back＆Arm chiya.Y
close	close	close	close	14:30 ～ 15:30 Back＆Arm chiya.Y close 17:00 ～ 18:00 Hip＆Leg Nanaho.u close	close	close	close
16:30 ～ 17:30 Back＆Arm chiya.Y	16:30 ～ 17:30 Hip＆Leg Nanaho.u	16:30 ～ 17:30 Hip＆Leg Nanaho.u	16:30 ～ 17:30 Back＆Arm chiya.Y				16:30 ～ 17:30 Waist miyu.F
18:00 ～ 19:00 Back＆Arm chiya.Y	18:00 ～ 19:00 Back＆Arm chiya.Y	18:00 ～ 19:00 Basic miyu.F	18:00 ～ 19:00 Hip＆Leg Nanaho.u				18:00 ～ 19:00 Basic miyu.F
19:30 ～ 20:30 Hip＆Leg Nanaho.u	19:30 ～ 20:30 Waist miyu.F	19:30 ～ 20:30 Beauty Conditioning miyu.F	19:30 ～ 20:30 Back＆Arm chiya.Y				19:30 ～ 20:30 Beauty Conditioning YUNA.S

pilatesK　ゆめタウン荒尾シティモール　【 11/25 ～ 11/30 】 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 Pre Basic YUNA.S		10:30 ～ 11:30 Waist miyu.F	10:30 ～ 11:30 Beauty Conditioning YUNA.S		
12:30 ～ 13:30 Basic miyu.F		12:30 ～ 13:30 Back＆Arm chiya.Y	12:30 ～ 13:30 Hip＆Leg YUNA.S		
close	close	close	14:30 ～ 15:30 Waist miyu.F close 17:00 ～ 18:00 Back＆Arm miyu.F	close	close
16:30 ～ 17:30 Back＆Arm chiya.Y	16:30 ～ 17:30 Pre Basic YUNA.S	16:30 ～ 17:30 Hip＆Leg YUNA.S	close		
18:00 ～ 19:00 Beauty Conditioning miyu.F	18:00 ～ 19:00 Waist miyu.F	18:00 ～ 19:00 Back＆Arm chiya.Y			
19:30 ～ 20:30 Back＆Arm chiya.Y	19:30 ～ 20:30 Hip＆Leg YUNA.S	19:30 ～ 20:30 Basic YUNA.S			

：休講可能レッスン
・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。