

pilates K MEGAドン・キホーテUNY福井								【 10/01 ~ 10/08 】 スケジュール		2025/09/11	更新
10/01	10/02	10/03	10/04	10/05	10/06	10/07	10/08				
水	木	金	土	日	月	火	水				
10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30				
Hip & Leg		Basic	Back & Arm	Hip & Leg		Stretch & Conditioning	Basic				
Noa.M		Sachi	haruka.T	Noa.M		Sachi	Kyoka.M				
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30				
Stretch & Conditioning		Back & Arm	Basic	Back & Arm		Hip & Leg	Back & Arm				
Sachi		haruka.T	Kyoka.M	haruka.T		Noa.M	haruka.T				
		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30					
		Stretch & Conditioning	Waist	Basic		Waist					
		Sachi	haruka.T	Noa.M		Sachi					
			15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30							
			Basic	Waist							
			Kyoka.M	haruka.T							
			17:30 ~ 18:30								
			Back & Arm								
			haruka.T								
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00				
Waist	Basic	Hip & Leg				Waist	Back & Arm				
haruka.T	Kyoka.M	Kyoka.M				Kyoka.M	Noa.M				
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				
Basic	Stretch & Conditioning	Waist				Basic	Waist				
Sachi	Sachi	Kyoka.M				Noa.M	haruka.T				
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				
Back & Arm	Waist	Basic				Back & Arm	Basic				
haruka.T	Kyoka.M	Kyoka.M				Kyoka.M	Noa.M				

pilates K MEGAドン・キホーテUNY福井								【 10/09 ~ 10/16 】 スケジュール		2025/09/11	更新
10/09	10/10	10/11	10/12	10/13	10/14	10/15	10/16				
木	金	土	日	月	火	水	木				
	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30					
	Waist	Stretch & Conditioning	Back & Arm		Hip & Leg	Basic					
	miho	Sachi	haruka.T		Sachi	Kyoka.M					
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30					
	Basic	Back & Arm	Basic		Waist	Stretch & Conditioning					
	Noa.M	haruka.T	Sachi		haruka.T	Sachi					
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30						
	Stretch & Conditioning	Hip & Leg	Waist		Basic						
	miho	Sachi	haruka.T		Sachi						
		15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30								
		Waist	Hip & Leg								
		haruka.T	Sachi								
		17:30 ~ 18:30									
		Basic									
		Sachi									
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00				
Stretch & Conditioning	Waist				Back & Arm	Waist	Back & Arm				
miho	haruka.T				Kyoka.M	haruka.T	Noa.M				
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				
Hip & Leg	Basic				Waist	Hip & Leg	Waist				
Sachi	Noa.M				haruka.T	Sachi	haruka.T				
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				
Waist	Back & Arm				Basic	Back & Arm	Basic				
miho	haruka.T				Kyoka.M	haruka.T	Noa.M				

 :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。