

pilates K イオン春日井 【 10/01 ~ 10/08 】 スケジュール								2025/09/13	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	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		
Hip & Leg 🏊		Back & Arm 🏊	Basic 🏊	Stretch & Conditioning 🏊		Waist 🏊	Basic 🏊		
Rise,H		Haruna,S	Mami,I	Haruna,S		Mami,I	Riko,s		
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		
Release&Strength		Hip & Leg 🏊	Stretch & Conditioning 🏊	Back & Arm 🏊		Basic 🏊	Back & Arm 🏊		
Rise,H		Rise,H	Haruna,S	Haruna,S		Riko,s	Haruna,S		
		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30			
		Basic 🏊	Waist 🏊	Release&Strength		Hip & Leg 🏊			
		Rise,H	Mami,I	Natsume		Riko,s			
			15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30					
			Back & Arm 🏊	Basic 🏊					
			Haruna,S	Natsume					
			17:30 ~ 18:30						
			Basic 🏊						
			Mami,I						
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30				17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30		
Basic 🏊	Stretch & Conditioning 🏊	Basic 🏊				Waist 🏊	Hip & Leg 🏊		
Mami,I	Megumi,Y	Mami,I				Mami,I	Rise,H		
19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00				19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00		
Back & Arm 🏊	Basic 🏊	Waist 🏊				Release&Strength	Basic 🏊		
Haruna,S	Mami,I	Mami,I				Rise,H	Rise,H		
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30				20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30		
Stretch & Conditioning 🏊	Back & Arm 🏊	Release&Strength				Basic 🏊	Waist 🏊		
Haruna,S	Megumi,Y	Rise,H				Rise,H	Mami,I		

pilates K イオン春日井 【 10/09 ~ 10/16 】 スケジュール								2025/09/13	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	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30			
	Waist 🏊	Hip & Leg 🏊	Back & Arm 🏊		Basic 🏊	Waist 🏊			
	Mami,I	Riko,s	Haruna,S		Mami,I	Rise,H			
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30			
	Basic 🏊	Waist 🏊	Stretch & Conditioning 🏊		Back & Arm 🏊	Release&Strength			
	Mami,I	Mami,I	Haruna,S		Haruna,S	Rise,H			
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30				
	Release&Strength	Back & Arm 🏊	Basic 🏊		Stretch & Conditioning 🏊				
	Rise,H	Haruna,S	Mami,I		Haruna,S				
		15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30						
		Basic 🏊	Waist 🏊						
		Riko,s	Mami,I						
		17:30 ~ 18:30							
		Back & Arm 🏊							
		Haruna,S							
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30				17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30		
Basic 🏊	Back & Arm 🏊				Back & Arm 🏊	Basic 🏊	Waist 🏊		
Riko,s	Haruna,S				Haruna,S	Riko,s	Mami,I		
19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00				19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00		
Hip & Leg 🏊	Basic 🏊				Basic 🏊	Waist 🏊	Stretch & Conditioning 🏊		
Riko,s	Rise,H				Rise,H	Mami,I	Haruna,S		
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30				20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30		
Stretch & Conditioning 🏊	Hip & Leg 🏊				Release&Strength	Hip & Leg 🏊	Basic 🏊		
Haruna,S	Rise,H				Rise,H	Riko,s	Mami,I		

🏊：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時間前迄にお願ひしております。
 ・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。

pilates K イオン春日井 【 10/17 ~ 10/24 】 スケジュール

2025/09/13 更新

10/17	10/18	10/19	10/20	10/21	10/22	10/23	10/24
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		10:30 ~ 11:30
Basic	Release&Strength	Basic		Back & Arm	Basic		Waist
Riko.s	Rise.H	Mami.I		Haruna.S	Riko.s		Mami.I
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00
Waist	Basic	Waist		Stretch & Conditioning	Back & Arm		Stretch & Conditioning
Mami.I	Mami.I	Mami.I		Haruna.S	Riko.s		Haruna.S
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30
Hip & Leg	Waist	Hip & Leg		Basic			Basic
Riko.s	Mami.I	Riko.s		Mami.I			Mami.I
	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30					
	Back & Arm	Basic					
	Haruna.S	Riko.s					
	17:30 ~ 18:30						
	Hip & Leg						
	Rise.H						
17:30 ~ 18:30				17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30
Basic				Basic	Waist	Basic	Back & Arm
Mami.I				Riko.s	Mami.I	Riko.s	Haruna.S
19:00 ~ 20:00				19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00
Back & Arm				Release&Strength	Basic	Waist	Release&Strength
Haruna.S				Rise.H	Mami.I	Rise.H	Rise.H
20:30 ~ 21:30				20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30
Stretch & Conditioning				Hip & Leg	Stretch & Conditioning	Hip & Leg	Basic
Haruna.S				Riko.s	Haruna.S	Riko.s	Rise.H

pilates K イオン春日井 【 10/25 ~ 10/31 】 スケジュール

2025/09/13 更新

10/25	10/26	10/27	10/28	10/29	10/30	10/31
土	日	月	火	水	木	金
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30
Back & Arm	Release&Strength		Basic	Stretch & Conditioning		Back & Arm
Riko.s	Rise.H		Riko.s	Haruna.S		Riko.s
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00
Hip & Leg	Basic		Hip & Leg	Basic		Basic
Riko.s	Mami.I		Riko.s	Mami.I		Riko.s
13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30
Stretch & Conditioning	Waist		Back & Arm			Waist
Haruna.S	Rise.H		Haruna.S			Rise.H
15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30					
Basic	Hip & Leg					
Riko.s	Rise.H					
17:30 ~ 18:30						
Back & Arm						
Haruna.S						
			17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30
			Release&Strength	Hip & Leg	Stretch & Conditioning	Basic
			Rise.H	Riko.s	Haruna.S	Mami.I
			19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00
			Back & Arm	Release&Strength	Basic	Hip & Leg
			Riko.s	Rise.H	Mami.I	Rise.H
			20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30
			Waist	Basic	Back & Arm	Release&Strength
			Rise.H	Riko.s	Haruna.S	Rise.H

🟡: 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。