

pilatesK イオンタウン松阪船江		【 01/01 ~ 01/08 】		スケジュール		2025/12/14 更新			
01/01	01/02	01/03	01/04	01/05	01/06	01/07	01/08		
木	金	土	日	月	火	水	木		
close	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close		
		Basic 🌿	Back & Arm 🌿		Pilates Barre	Back & Arm 🌿			
		Yuka.N	Yukina.K		Honoka.T	Yukina.K			
		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30			
		Hip & Leg 🌿	Pilates Barre		Hip & Leg 🌿	Stretch & Conditioning 🌿			
		Mai.N	Honoka.T		Mai.N	Kanami.O			
		13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close			
		Back & Arm 🌿	Body Balance		Body Balance				
		Yukina.K	Mai.N		Mai.N				
		15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close				
		Waist 🌿	Basic 🌿						
		Yuka.N	Mai.N						
		close	close		17:30 ~ 18:30	close		close	close
		Basic 🌿							
		Mai.N							
close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00					
	Waist 🌿	Hip & Leg 🌿		Basic 🌿					
	Yukina.K	Mai.N		Yuka.N					
	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30					
	Back & Arm 🌿	Basic 🌿		Hip & Leg 🌿					
	Yuka.N	Honoka.T		Mai.N					
	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00					
Basic 🌿	Body Balance	Waist 🌿							
Yukina.K	Honoka.T	Yuka.N							

pilatesK イオンタウン松阪船江			【 01/09 ~ 01/16 】	スケジュール			
01/09	01/10	01/11	01/12	01/13	01/14	01/15	01/16
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
Basic 🌿	Waist 🌿	Basic 🌿		Hip & Leg 🌿	Shape up waist		Waist 🌿
Yuka.N	Yukina.K	Nanako.K		Mai.N	Honoka.T		Yuka.N
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00
Hip & Leg 🌿	Basic 🌿	Shape up waist		Body Balance	Pilates Barre		Basic 🌿
Mai.N	Yuka.N	Honoka.T		Mai.N	Honoka.T		Yukina.K
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30
Waist 🌿	Pilates Barre	Stretch & Conditioning 🌿		Back & Arm 🌿			Back & Arm 🌿
Yuka.N	Honoka.T	Nanako.K		Yuka.N			Yuka.N
close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close			close
	Back & Arm 🌿	Pilates Barre					
	Yukina.K	Honoka.T					
	close	close					
	17:30 ~ 18:30						
Waist 🌿							
Yuka.N	close	close					
18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
Back & Arm 🌿			Shape up waist	Back & Arm 🌿	Waist 🌿	Stretch & Conditioning 🌿	
Yukina.K			Honoka.T	Yukina.K	Yukina.K	Akane.K	
19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
Waist 🌿			Basic 🌿	Body Balance	Back & Arm 🌿	Basic 🌿	
Mai.N			Yuka.N	Mai.N	Yuka.N	Yukina.K	
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		
Basic 🌿	Pilates Barre	Waist 🌿	Basic 🌿	Hip & Leg 🌿			
Yukina.K	Honoka.T	Mai.N	Yukina.K	Akane.K			

🌿：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 イオン松阪船江		【 01/17 ~ 01/24 】 スケジュール						2025/12/14 更新							
01/17		01/18		01/19		01/20		01/21		01/22		01/23		01/24	
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 🇯🇵		Waist 🇯🇵				Pilates Barre		Body Balance				Hip & Leg 🇯🇵		Waist 🇯🇵	
Yuka.N		Yukina.K				Honoka.T		Honoka.T				Honoka.T		Yukina.K	
12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30				12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00				12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	
Hip & Leg 🇯🇵		Basic 🇯🇵				Basic 🇯🇵		Back & Arm 🇯🇵				Body Balance		Stretch & Conditioning 🇯🇵	
Mai.N		Yuka.N				Yuka.N		Yukina.K				Mai.N		Sachi	
13:30 ~ 14:30		14:30 ~ 15:30				13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30				13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	
Basic 🇯🇵		Back & Arm 🇯🇵				Waist 🇯🇵		Hip & Leg 🇯🇵				Basic 🇯🇵		Hip & Leg 🇯🇵	
Yuka.N		Yukina.K				Yukina.K		Mai.N				Mai.N		Sachi	
15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30				15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00				15:00 ~ 16:00		close	
Waist 🇯🇵		Basic 🇯🇵		Back & Arm 🇯🇵		Basic 🇯🇵		Back & Arm 🇯🇵							
Mai.N		Yuka.N		Yuka.N		Yukina.K		Yukina.K							
close		close		close		16:30 ~ 17:30		16:30 ~ 17:30		close		close			
17:30 ~ 18:30						18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00				17:30 ~ 18:30			
Back & Arm 🇯🇵						Body Balance		Waist 🇯🇵				Basic 🇯🇵			
Yuka.N						Honoka.T		Mai.N				Sachi			
close		close		close		close		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		close			
								Hip & Leg 🇯🇵		Back & Arm 🇯🇵					
								Akane.K		Yukina.K					
								19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30					
								Shape up waist		Pilates Barre					
								Honoka.T		Honoka.T					
21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		Stretch & Conditioning 🇯🇵		Waist 🇯🇵									
Akane.K		Yukina.K													

pilatesK イオン松阪船江		【 01/25 ~ 01/31 】 スケジュール										
01/25	01/26	01/27	01/28	01/29	01/30	01/31						
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						
Pilates Barre		Waist 🌈	Basic 🌈		Waist 🌈	Basic 🌈						
Honoka.T		Yuka.N	Yuka.N		Mai.N	Yuka.N						
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00						
Waist 🌈		Back & Arm 🌈	Pilates Barre		Back & Arm 🌈	Pilates Barre						
Yukina.K		Mai.N	Honoka.T		Yukina.K	Honoka.T						
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30						
Basic 🌈		Basic 🌈			Body Balance	Waist 🌈						
Yukina.K		Yuka.N			Mai.N	Yuka.N						
16:30 ~ 17:30		close			close	close	15:00 ~ 16:00					
Body Balance							Shape up waist					
Honoka.T							Honoka.T					
close							close	close	close	close		
										17:30 ~ 18:30		
										Back & Arm 🌈		
										Yuka.N		
			18:00 ~ 19:00							18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
			Pilates Barre							Hip & Leg 🌈	Back & Arm 🌈	Pilates Barre
			Honoka.T							Mai.N	Yukina.K	Honoka.T
		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30						
		Body Balance	Basic 🌈		Waist 🌈	Basic 🌈						
		Mai.N	Yuka.N		Yukina.K	Yuka.N						
21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00							
Hip & Leg 🌈		Waist 🌈	Body Balance		Hip & Leg 🌈							
Honoka.T		Mai.N	Mai.N		Honoka.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。