

02/01	02/02	02/03	02/04	02/05	02/06	02/07	02/08					
日	月	火	水	木	金	土	日					
10:30 ~ 11:30 Body Balance Yukina.K	close	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Saki.Y	10:30 ~ 11:30 Body Balance Kasumi.S	close	10:30 ~ 11:30 Shape up waist Kasumi.S	10:30 ~ 11:30 jump to burn Yukina.K	10:30 ~ 11:30 Waist Yukina.K					
12:30 ~ 13:30 jump to burn Yukina.K		12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Kasumi.S	12:30 ~ 13:30 Basic Saki.Y		12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Saki.Y	12:00 ~ 13:00 Pre Basic Kasumi.S	12:30 ~ 13:00 Pre Basic Kasumi.S	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg Saki.Y				
14:30 ~ 15:30 Hip & Leg Saki.Y		13:30 ~ 14:30 Basic Saki.Y	close		close	13:30 ~ 14:30 Pre Basic Kasumi.S	13:30 ~ 14:30 Body Balance Yukina.K	14:30 ~ 15:30 Back & Arm Yukina.K				
16:30 ~ 17:30 Back & Arm Saki.Y		close				15:00 ~ 16:00 Hip & Leg Kasumi.S	16:30 ~ 17:30 Basic Saki.Y	close	17:30 ~ 18:30 Back & Arm Yukina.K	close		
close						18:00 ~ 19:00 Basic Yukina.K	18:00 ~ 19:00 Back & Arm Yukina.K		18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Saki.Y		18:00 ~ 19:00 Stretch & Conditioning Fuka.y	close
						19:30 ~ 20:30 Waist Yukina.K	19:30 ~ 20:30 Basic Yukina.K		19:30 ~ 20:30 Release&Strength Fuka.y		19:30 ~ 20:30 Basic Saki.Y	
						21:00 ~ 22:00 Shape up waist Kasumi.S	21:00 ~ 22:00 jump to burn Fuka.y		21:00 ~ 22:00 Basic Saki.Y		21:00 ~ 22:00 Waist Fuka.y	

02/09	02/10	02/11	02/12	02/13	02/14	02/15	02/16		
月	火	水	木	金	土	日	月		
close	10:30 ~ 11:30 Basic Yukina.K	10:30 ~ 11:30 Shape up waist Kasumi.S	close	10:30 ~ 11:30 Release&Strength Fuka.y	10:30 ~ 11:30 Basic Fuka.y	10:30 ~ 11:30 jump to burn Fuka.y	close		
	12:00 ~ 13:00 Body Balance Yukina.K	12:00 ~ 13:00 jump to burn Yukina.K		12:00 ~ 13:00 Basic Saki.Y	12:00 ~ 13:00 Back & Arm Yukina.K	12:30 ~ 13:30 Shape up waist Kasumi.S			
	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Saki.Y	13:30 ~ 14:30 Pre Basic Kasumi.S		13:30 ~ 14:30 Back & Arm Saki.Y	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Fuka.y	14:30 ~ 15:30 Basic Fuka.y			
	close	close		15:00 ~ 16:00 Waist Fuka.y	close	close		15:00 ~ 16:00 Release&Strength Fuka.y	16:30 ~ 17:30 Body Balance Kasumi.S
				17:30 ~ 18:30 Stretch & Conditioning Fuka.y				17:30 ~ 18:30 jump to burn Yukina.K	
				18:00 ~ 19:00 Waist Fuka.y				18:00 ~ 19:00 Pre Basic Kasumi.S	18:00 ~ 19:00 jump to burn Yukina.K
				19:30 ~ 20:30 Back & Arm Yukina.K				19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Saki.Y	19:30 ~ 20:30 Waist Fuka.y
				21:00 ~ 22:00 Release&Strength Fuka.y				21:00 ~ 22:00 Back & Arm Saki.Y	21:00 ~ 22:00 Basic Yukina.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週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 イワナ名西店

【 02/17 ~ 02/24 】 スケジュール

2026/01/15 更新

02/17	02/18	02/19	02/20	02/21	02/22	02/23	02/24		
火	水	木	金	土	日	月	火		
10:30 ~ 11:30 Waist Fuka.y	10:30 ~ 11:30 Basic Saki.Y	close	10:30 ~ 11:30 Pre Basic Kasumi.S	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Fuka.y	10:30 ~ 11:30 Release&Strength Fuka.y	close	10:30 ~ 11:30 Body Balance Yukina.K		
12:00 ~ 13:00 Basic Saki.Y	12:30 ~ 13:30 Body Balance Kasumi.S		12:00 ~ 13:00 Back & Arm Yukina.K	12:30 ~ 13:00 Basic Yukina.K	12:30 ~ 13:30 Back & Arm Saki.Y		12:30 ~ 13:30 Hip & Leg Kasumi.S		
13:30 ~ 14:30 Release&Strength Fuka.y	close		13:30 ~ 14:30 Shape up waist Kasumi.S	13:30 ~ 14:30 jump to burn Fuka.y	14:30 ~ 15:30 Hip & Leg Fuka.y		13:30 ~ 14:30 Basic Yukina.K		
close			18:00 ~ 19:00 Body Balance Kasumi.S	18:00 ~ 19:00 Back & Arm Saki.Y	18:00 ~ 19:00 Basic Saki.Y		close	18:00 ~ 19:00 jump to burn Fuka.y	
			19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Saki.Y	19:30 ~ 20:30 Pre Basic Kasumi.S	19:30 ~ 20:30 Waist Yukina.K			19:30 ~ 20:30 Body Balance Yukina.K	19:30 ~ 20:30 Pre Basic Kasumi.S
			21:00 ~ 22:00 Pre Basic Kasumi.S	21:00 ~ 22:00 jump to burn Yukina.K	21:00 ~ 22:00 Basic Saki.Y			21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Saki.Y	21:00 ~ 22:00 Waist Fuka.y
			17:30 ~ 18:30 Stretch & Conditioning Fuka.y	18:00 ~ 19:00 Shape up waist Kasumi.S	18:00 ~ 19:00 Basic Saki.Y			18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Saki.Y	18:00 ~ 19:00 jump to burn Fuka.y
			15:00 ~ 16:00 Back & Arm Yukina.K	16:30 ~ 17:30 Basic Saki.Y	19:30 ~ 20:30 Pre Basic Kasumi.S			19:30 ~ 20:30 Body Balance Yukina.K	21:00 ~ 22:00 Waist Fuka.y
			15:00 ~ 16:00 Back & Arm Yukina.K	16:30 ~ 17:30 Basic Saki.Y	21:00 ~ 22:00 Pre Basic Kasumi.S			21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Saki.Y	

pilatesK イワナ名西店

【 02/25 ~ 02/28 】 スケジュール

02/25	02/26	02/27	02/28	
水	木	金	土	
10:30 ~ 11:30 jump to burn Yukina.K	close	10:30 ~ 11:30 Basic Saki.Y	10:30 ~ 11:30 Waist Fuka.y	
12:30 ~ 13:30 Pre Basic Kasumi.S		12:00 ~ 13:00 jump to burn Yukina.K	12:00 ~ 13:00 Shape up waist Kasumi.S	
close		1330 ~ 1430 Back & Arm Saki.Y	1330 ~ 1430 Basic Saki.Y	1500 ~ 1600 Hip & Leg Saki.Y
		1730 ~ 1830 Release&Strength Fuka.y	1800 ~ 1900 Basic Saki.Y	1800 ~ 1900 Shape up waist Kasumi.S
		1800 ~ 1900 Basic Saki.Y	1800 ~ 1900 Shape up waist Kasumi.S	1800 ~ 1900 Pre Basic Kasumi.S
		1930 ~ 2030 Release&Strength Fuka.y	1930 ~ 2030 Back & Arm Yukina.K	1930 ~ 2030 Waist Kasumi.S
		2100 ~ 2200 Hip & Leg Fuka.y	2100 ~ 2200 Pre Basic Kasumi.S	2100 ~ 2200 Body Balance Yukina.K
		1500 ~ 1600 Hip & Leg Saki.Y	1500 ~ 1600 Hip & Leg Saki.Y	1500 ~ 1600 Hip & Leg Saki.Y

👉 : 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。