

pilatesK MEGAドン・キホーテUNY福井		【 01/01 ~ 01/08 】		スケジュール		2025/12/19 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
		Back & Arm 🌿	Hip & Leg 🌿		Basic 🌿	jump to burn	
		haruka.T	Kyoka.M		Kyoka.M	Kyoka.M	
		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	
		jump to burn	Stretch & Conditioning 🌿		Waist 🌿	Stretch & Conditioning 🌿	
		Kyoka.M	haruka.T		Kyoka.M	haruka.T	
		13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close	
		Stretch & Conditioning 🌿	Basic 🌿		Hip & Leg 🌿		
		haruka.T	Kyoka.M		Kyoka.M		
		15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close		
		Basic 🌿	Waist 🌿				
		Kyoka.M	haruka.T		close		
		close	close				
		17:30 ~ 18:30				close	
		Waist 🌿					
haruka.T							
close							
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00					
Back & Arm 🌿	Basic 🌿	Stretch & Conditioning 🌿					
haruka.T	Noa.M	haruka.T					
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30					
Stretch & Conditioning 🌿	Back & Arm 🌿	Waist 🌿					
haruka.T	haruka.T	haruka.T					
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00					
Waist 🌿	Basic 🌿	jump to burn					
haruka.T	Noa.M	Kyoka.M					

pilatesK MEGAドン・キホーテUNY福井			【 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
Waist 🌿	Stretch & Conditioning 🌿	Basic 🌿		Back & Arm 🌿	Stretch & Conditioning 🌿		Hip & Leg 🌿
haruka.T	haruka.T	Noa.M		Noa.M	haruka.T		Noa.M
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00
Back & Arm 🌿	Basic 🌿	Back & Arm 🌿		Basic 🌿	Hip & Leg 🌿		Basic 🌿
haruka.T	Noa.M	haruka.T		Kyoka.M	Saki.n		Saki.n
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30
Waist 🌿	Waist 🌿	Basic 🌿		Back & Arm 🌿			Body Balance
haruka.T	haruka.T	Noa.M		Noa.M			Noa.M
close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close			close
	Hip & Leg 🌿	Back & Arm 🌿					
	Noa.M	haruka.T					
	close	close					
	17:30 ~ 18:30						
Basic 🌿							
18:00 ~ 19:00	Noa.M	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
Basic 🌿	close		jump to burn	Waist 🌿	Basic 🌿	Waist 🌿	
Noa.M	close		Kyoka.M	haruka.T	Noa.M	haruka.T	
19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
Hip & Leg 🌿			Hip & Leg 🌿	Basic 🌿	Back & Arm 🌿	Basic 🌿	
Noa.M			Saki.n	Kyoka.M	Saki.n	Noa.M	
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 🌿	close	Basic 🌿	Back & Arm 🌿	Body Balance	Stretch & Conditioning 🌿		
Noa.M		Saki.n	haruka.T	Noa.M	haruka.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。

pilatesK		MEGAドン・キホーテUNY福井		【 01/17 ~ 01/24 】		スケジュール		2025/12/19 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 🍌				Basic 🍌		Hip & Leg 🍌				Basic 🍌		Waist 🍌	
Saki.n		Kyoka.M				Kyoka.M		Mei				Noa.M		Kyoka.M	
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 🍌				Hip & Leg 🍌		jump to burn				Waist 🍌		Basic 🍌	
Kyoka.M		Mei				Mei		Kyoka.M				haruka.T		未確定	
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 🍌		Hip & Leg 🍌				Stretch & Conditioning 🍌		Basic 🍌				Body Balance		jump to burn	
Noa.M		Kyoka.M				Kyoka.M		Mei				Noa.M		Kyoka.M	
15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30				15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00				close		close	
jump to burn		Body Balance		Basic 🍌		Waist 🍌		Basic 🍌							
Kyoka.M		Mei		Mei		Kyoka.M		未確定							
close		close		16:30 ~ 17:30		16:30 ~ 17:30		close							
17:30 ~ 18:30				Waist 🍌		Basic 🍌		close							
Body Balance				Kyoka.M		Mei		17:30 ~ 18:30							
Noa.M				18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		Waist 🍌							
close				Back & Arm 🍌		Stretch & Conditioning 🍌		Kyoka.M							
				Mei		Kyoka.M		close							
				Back & Arm 🍌		Stretch & Conditioning 🍌		close							
				haruka.T		kanako		close							
				19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		close							
				Waist 🍌		Back & Arm 🍌		close							
		haruka.T		Noa.M		close									
		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		close									
		Stretch & Conditioning 🍌		Basic 🍌		close									
		kanako		Noa.M		close									

● **体験可能レッスン**

- ・クラスの種類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。