

pilatesK MEGAドン・キホーテUNY福井		【 12/01 ~ 12/08 】		スケジュール		2025/11/29 更新	
12/01	12/02	12/03	12/04	12/05	12/06	12/07	12/08
月	火	水	木	金	土	日	月
close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close
	Basic	Back&Arm		Basic	Waist spXmas	Hip&Leg	
	Noa.M	Sachi		Kyoka.M	haruka.T	Noa.M	
	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	
	Body Balance	Basic		Body Balance	Hip&Leg	Basic	
	Sachi	Noa.M		Sachi	Kyoka.M	Kyoka.M	
	13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	
	Hip&Leg			Waist spXmas	Stretch&Conditioning	Back&Arm	
	Noa.M			Kyoka.M	haruka.T	Noa.M	
	close			close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	
					Basic	Waist spXmas	
					Kyoka.M	Kyoka.M	
					close	close	
					17:30 ~ 18:30		
	Back&Arm						
	haruka.T						
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	close		
Back&Arm	Stretch&Conditioning	Waist spXmas	Back&Arm				
Kyoka.M	haruka.T	haruka.T	haruka.T				
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				
Waist spXmas	Hip&Leg	Back&Arm	Basic				
haruka.T	Kyoka.M	Noa.M	Noa.M				
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				
Basic	Waist spXmas	Basic	Stretch&Conditioning				
Kyoka.M	haruka.T	Noa.M	haruka.T				

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

・休職可能レッスン
 ・クラスの曜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週間前までにお申し込みしております。
 ・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 MEGAドン・キホーテUNY福井		【 12/17 ~ 12/24 】		スケジュール		2025/11/29 更新	
12/17	12/18	12/19	12/20	12/21	12/22	12/23	12/24
水	木	金	土	日	月	火	水
10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Back&Arm		Body Balance	Waist spXmas	Back&Arm		Hip&Leg	Basic
haruka.T		Sachi	haruka.T	Kyoka.M		Noa.M	Noa.M
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30
Hip&Leg		Basic	Hip&Leg	Basic		Basic	Stretch&Conditioning
Noa.M		Kyoka.M	Kyoka.M	Noa.M		Kyoka.M	Kyoka.M
close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close
		Waist spXmas	Back&Arm	Waist spXmas		Body Balance	
		Sachi	haruka.T	Kyoka.M		Noa.M	
		close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close	
			Basic	Hip&Leg			
			Kyoka.M	Noa.M			
			close				
		17:30 ~ 18:30					
		Stretch&Conditioning					
		haruka.T					
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		
Basic	Waist spXmas	Back&Arm		Waist spXmas	Back&Arm		
Sachi	haruka.T	haruka.T		haruka.T	haruka.T		
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
Hip&Leg	Back&Arm	Hip&Leg		Hip&Leg	Basic		
Noa.M	haruka.T	Kyoka.M		Kyoka.M	Sachi		
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		
Body Balance	Basic	Stretch&Conditioning		Stretch&Conditioning	Waist spXmas		
Sachi	Sachi	haruka.T		未確定	haruka.T		

pilatesK MEGAドン・キホーテUNY福井		【 12/25 ~ 12/31 】		スケジュール		
12/25	12/26	12/27	12/28	12/29	12/30	12/31
木	金	土	日	月	火	水
close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	close	close
	Back&Arm	Hip&Leg	Basic			
	haruka.T	Noa.M	Noa.M			
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30			
	Body Balance	Back&Arm	Body Balance			
	Sachi	haruka.T	Sachi			
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30			
	Basic	Body Balance	Hip&Leg			
	Sachi	Noa.M	Noa.M			
	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30			
		Waist	Back&Arm			
		haruka.T	Sachi			
		close	close			
	17:30 ~ 18:30					
	Basic					
	Noa.M					
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close				
Basic	Hip&Leg					
Kyoka.M	Noa.M					
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30					
Waist spXmas	Stretch&Conditioning					
Sachi	haruka.T					
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00					
Hip&Leg	Basic					
Kyoka.M	Noa.M					

・休職可能レッスン
 ・クラスの曜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週間前迄にお願ひしております。
 ・レッスン開始時間1時間前迄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。