

pilates K イオモール津南店 【 07/01 ~ 07/08 】 スケジュール							2025/07/04 更新
07/01	07/02	07/03	07/04	07/05	07/06	07/07	07/08
火	水	木	金	土	日	月	火
10:30 ~ 11:30 Basic Akane.K	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Honoka.T	~	10:30 ~ 11:30 Basic Akane.K	10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning makiho	10:30 ~ 11:30 Basic Kyoka.M	close	10:30 ~ 11:30 Basic Kyoka.M
12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Honoka.T	12:30 ~ 13:30 Basic Akane.K		12:00 ~ 13:00 Pilates Cardio makiho	12:00 ~ 13:00 Basic Akane.k	12:30 ~ 13:30 Body Balance makiho		12:00 ~ 13:00 Pilates Cardio makiho
13:30 ~ 14:30 Shape up waist Honoka.T			13:30 ~ 14:30 Basic Akane.K	13:30 ~ 14:30 Pilates Cardio makiho	14:30 ~ 15:30 Basic Kyoka.M		13:30 ~ 14:30 Basic Kyoka.M
				15:00 ~ 16:00 Basic Akane.k	16:30 ~ 17:30 Pilates Cardio makiho		
				17:30 ~ 18:30 Back & Spine makiho			
18:00 ~ 19:00 Basic Kyoka.M	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Honoka.T	18:00 ~ 19:00 Basic Kyoka.M	18:00 ~ 19:00 Back & Spine makiho				18:00 ~ 19:00 Waist makiho
19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Honoka.T	19:30 ~ 20:30 Basic Kyoka.M	19:30 ~ 20:30 Body Balance makiho	19:30 ~ 20:30 Back & Arm makiho	~			19:30 ~ 20:30 Basic Akane.K
21:00 ~ 22:00 Basic Kyoka.M	21:00 ~ 22:00 Shape up waist Honoka.T	21:00 ~ 22:00 Basic Kyoka.M	21:00 ~ 22:00 Basic Kyoka.m				21:00 ~ 22:00 Body Balance makiho

pilates K イオモール津南店 【 07/09 ~ 07/16 】 スケジュール							2025/07/04 更新
07/09	07/10	07/11	07/12	07/13	07/14	07/15	07/16
水	木	金	土	日	月	火	水
10:30 ~ 11:30 Back & Spine makiho		10:30 ~ 11:30 Back & Arm Honoka.T	10:30 ~ 11:30 Basic Kyoka.M	10:30 ~ 11:30 Basic Akane.K	close	10:30 ~ 11:30 Body Balance makiho	10:30 ~ 11:30 Basic Akane.K
12:30 ~ 13:30 Basic Kyoka.M		12:00 ~ 13:00 Basic Kyoka.M	12:00 ~ 13:00 Body Balance makiho	12:30 ~ 13:30 Back & Arm Honoka.T		12:00 ~ 13:00 Back & Arm Honoka.T	12:30 ~ 13:30 Shape up waist Honoka.T
		13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Honoka.T	13:30 ~ 14:30 Basic Kyoka.M	14:30 ~ 15:30 Basic Akane.K		13:30 ~ 14:30 Hip & Leg makiho	
			15:00 ~ 16:00 Stretch & Conditioning makiho	16:30 ~ 17:30 Shape up waist Honoka.T			
			17:30 ~ 18:30 Pilates Cardio makiho				
18:00 ~ 19:00 Basic Akane.K	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Honoka.T	18:00 ~ 19:00 Basic Akane.K				18:00 ~ 19:00 Waist Kyoka.M	18:00 ~ 19:00 Pilates Cardio makiho
19:30 ~ 20:30 Stretch & Conditioning makiho	19:30 ~ 20:30 Basic Akane.K	19:30 ~ 20:30 Shape up waist Honoka.T				19:30 ~ 20:30 Shape up waist Honoka.T	19:30 ~ 20:30 Basic Akane.K
21:00 ~ 22:00 Body Balance makiho	21:00 ~ 22:00 Back & Arm Honoka.T	21:00 ~ 22:00 Basic Akane.K				21:00 ~ 22:00 Basic Kyoka.M	21:00 ~ 22:00 Body Balance makiho

👉 : 体験可能レッスン  
 ・クラスの個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時間前迄にお申し立てしております。  
 ・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。

07/17	07/18	07/19	07/20	07/21	07/22	07/23	07/24
木	金	土	日	月	火	水	木
	10:30 ~ 11:30 Basic Akane.K	10:30 ~ 11:30 Back & Spine makiho	10:30 ~ 11:30 Body Balance makiho	close	10:30 ~ 11:30 Waist Kyoka.M	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Akane.K	
	12:00 ~ 13:00 Body Balance makiho	12:00 ~ 13:00 Basic Akane.k	12:30 ~ 13:30 Basic Kyoka.M		12:00 ~ 13:00 Basic Kyoka.M	12:30 ~ 13:30 Back & Spine makiho	
	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Akane.K	13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning makiho	14:30 ~ 15:30 Pilates Cardio makiho		13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning makiho		
		15:00 ~ 16:00 Basic Akane.K	16:30 ~ 17:30 Waist Kyoka.M				
		17:30 ~ 18:30 Hip & Leg Akane.K					
18:00 ~ 19:00 Basic Kyoka.M	18:00 ~ 19:00 Waist Kyoka.M				18:00 ~ 19:00 Basic Kyoka.M	18:00 ~ 19:00 Shape up waist Honoka.T	18:00 ~ 19:00 Basic Akane.K
19:30 ~ 20:30 Stretch & Conditioning makiho	19:30 ~ 20:30 Pilates Cardio makiho				19:30 ~ 20:30 Back & Spine makiho	19:30 ~ 20:30 Basic Kyoka.M	19:30 ~ 20:30 Back & Arm Honoka.T
21:00 ~ 22:00 Waist Kyoka.M	21:00 ~ 22:00 Basic Kyoka.M				21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Akane.K	21:00 ~ 22:00 Back & Arm Honoka.T	21:00 ~ 22:00 Shape up waist Honoka.T

07/25	07/26	07/27	07/28	07/29	07/30	07/31
金	土	日	月	火	水	木
10:30 ~ 11:30 Shape up waist Honoka.T	10:30 ~ 11:30 Basic Kyoka.M	10:30 ~ 11:30 Back & Spine makiho	close	10:30 ~ 11:30 Basic Akane.K	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Honoka.T	
12:00 ~ 13:00 Basic Kyoka.M	12:00 ~ 13:00 Back & Arm Honoka.T	12:30 ~ 13:30 Waist Kyoka.M		12:00 ~ 13:00 Shape up waist Honoka.T	12:30 ~ 13:30 Basic Akane.K	
13:30 ~ 14:30 Back & Arm Honoka.T	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Honoka.T	14:30 ~ 15:30 Body Balance makiho		13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Akane.K		
	15:00 ~ 16:00 Waist Kyoka.M	16:30 ~ 17:30 Basic Kyoka.M				
	17:30 ~ 18:30 Shape up waist Honoka.T					
18:00 ~ 19:00 Body Balance makiho				18:00 ~ 19:00 Basic Kyoka.M	18:00 ~ 19:00 Back & Spine makiho	18:00 ~ 19:00 Body Balance makiho
19:30 ~ 20:30 Basic Akane.K				19:30 ~ 20:30 Back & Arm Honoka.T	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Honoka.T	19:30 ~ 20:30 Shape up waist Honoka.T
21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Akane.K				21:00 ~ 22:00 Waist Kyoka.M	21:00 ~ 22:00 Pilates Cardio makiho	21:00 ~ 22:00 Basic Kyoka.M

👉 : 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時間前まで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、翌月の予約可能回数に1回に制限されます。