pilates K イオンモールi	聿南店	08/01 ~	08/08	スケジュール			2025/07/13 更新
08/01	08/02	08/03	08/04	08/05	08/06	08/07	08/08
金	±	日	月	火	水	*	金
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30
Waist 🔰	Basic 🔰	Back & Arm ⊌		Basic 🔰	Body Balance		Back & Arm
minami.T	Kyoka.M	Kana.S		Kana.S	Sachi		Kana.S
12:30 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00
Pilates Workout	Hip & Leg ♥	Body Balance		Pilates Workout	Back & Arm		Basic 🔰
makiho	makiho	Sachi		Sachi	Kana.S		minami.T
13:00 ~ 14:30	13:00 ~ 14:00	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:.30
Basic 🔰	Waist 🔰	Basic 🔰		Waist 🔰			Waist 🔰
minami.T	minami.T	Kana.S		Kana.S	Kana.S		Kyoka.M
	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30					
	Back & Arm	Pilates Workout					
	Kana.S	Sachi					
			close				
	17:30 ~ 18:30						
	Basic 🔰						
	minami.T						
18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
Hip & Leg 				Basic 🔰	Basic 🔰	Waist ✓	Hip & Leg ♥
Sachi				Kyoka.M	Kyoka.M	Kyoka.M	Akane.K
19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30
Stretch & Conditioning 🔰				Body Balance	Waist 🔰	Basic 🔰	Shape up waist
Sachi				-	Sachi minami.T		makiho
21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	minami.T 21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
Waist 🔰				Waist ✓	Basic 🔰	Back & Arm ✓	Basic 🔰
Kyoka.M				Kyoka.M	Kyoka.M	Kana.S	Akane.K

pilates K イオンモール酒	津南店 【	08/09 ~	08/16	スケジュール			2025/07/13 更新
08/09	08/10	08/11	08/12 08/13		08/14	08/15	08/16
±	日	月	火水		*	金	±
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Stretch & Conditioning			Back & Arm	Waist 🄰		Waist 	Body Balance
Sachi	Akane.K		Kana.S	minami.T		Kyoka.M	Sachi
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00
Back & Arm ¥	Pilates Cardio		Body Balance	Basic 🔰		Back & Arm	Basic 🔰
Kana.S	makiho		Sachi	Kyoka.M		Kana.S	minami.T
13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30
Body Balance	Waist 🔰		Basic 🔰			Basic 🔰	Pilates Cardio
Sachi	minami.T		Akane.K			minami.T	Sachi
15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30						15:00 ~ 16:00
Basic 🔰	Hip & Leg ¥						Back & Arm
Kyoka.M	Akane.K						Kana.S
		close					
17:30 ~ 18:30							17:30 ~ 18:30
Pilates Workout							Basic 🔰
Sachi							Kana.S
			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
			Basic 🔰	Waist 🔰	Basic 🔰	Hip & Leg 🔰	
			Kana.S	Kyoka.M	minami.T	Akane.K	
			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
			Hip & Leg 	Back & Arm	Shape up waist	Pilates Cardio	
				•			
			Akane.K 21:00 ~ 22:00	Kana.S 21:00 ~ 22:00	makiho 21:00 ~ 22:00	makiho 21:00 ~ 22:00	
					22.00	22.00	
			Pilates Workout	Body Balance	Hip & Leg ¥	Basic 🔰	
			Sachi	Sachi	Akane.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,時間前を切ってのキャンセルは時間外キッセルとなります。 ※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。

pilates K イオンモール津	南店	08/17 ~	08/24	スケジュール			2025/07/13 更新
08/17	08/18	08/19 08/20		08/21	08/22 08/23		08/24
目	月	火	水	*	金	±	日
10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Hip & Leg ¥		Pilates Cardio	Stretch & Conditioning 🔰		Basic 🔰	Basic 🔰	Shape up waist
Akane.K		makiho	Sachi		Akane.K	Akane.K	makiho
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30
Back & Spine		Basic 🔰	Back & Arm		Hip & Leg 🔰	Waist 🔰	Basic 🔰
makiho		Akane.K	Kana.S		Akane.K	minami.T	Akane.K
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30
Basic 🔰		Hip & Leg ♥			Waist 🔰	Pilates Workout	Back & Spine
Akane.K 16:30 ~ 17:30		Akane.K			minami.T	Sachi 15:00 ~ 16:00	makiho 16:30 ~ 17:30
Pilates Workout makiho	close					Basic i ii minami.T	Back & Arm V
						17:30 ~ 18:30 Pilates Cardio Sachi	
		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	Jacin	
		Waist <mark></mark> Kana.S	Basic <mark></mark> Kyoka.M	Shape up waist makiho	Basic 🔰		
		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
		Basic 🔰	Hip & Leg ¥	Back & Arm 🔰	Waist 🔰		
		Kyoka.M	Akane.K	Kana.S	Kana.S		
		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		
		Back & Arm 🔰	Waist 🔰	Basic 🔰	Body Balance		
		Kana.S	minami.T	minami.T	Sachi		

pilates K 1オンモ	-ル津南店 【	08/25 ~	08/31	スケジュール		2025/07/13 更新
08/25	08/26	08/27	08/28	08/29	08/30	08/31
月	火	水	*	金	±	В
	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
	Basic 🔰	Back & Arm		Waist ⊎	Hip & Leg ¥	Back & Spine
	Akane.K	Kana.S		minami.T	Akane.K	makiho
	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30
	Hip & Leg 	Pilates Workout		Pilates Cardio	Shape up waist	Waist
	Akane.K	makiho		makiho	makiho	minami.T
	13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30
	Back & Arm			Basic 🔰	Waist 🔰	Hip & Leg
	Kana.S			minami.T	minami.T	makiho
					15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30
					Body Balance	Basic 🔰
					makiho	minami.T
close						
ciose						
					17:30 ~ 18:30	
					Basic 🔰	
					minami.T	
	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		
	Back & Spine	Waist 🔰	Basic 🔰	Stretch & Conditioning		
	makiho	minami.T	Akane.K	makiho		
	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
	Waist 🔰	Body Balance	Back & Arm	Basic 🔰		
	minami.T	makiho	Kana.S	Akane.K		
	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		
	Pilates Cardio	Basic 🔰	Hip & Leg ¥	Back & Arm		
	makiho	minami.T	Akane.K	Kana.S		
: 体験可能レッスン					1	

^{■:} 体験可能レッスン クラスの部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時間前窓にお願いしております。 ・レッスン開始時刻1時間前を切ってのキャンセルは時間外キャンセルとなります。 ※拷問外キャンセルが月2回以上で、翌月の予約可能回数が1回にあ開されます。