

pilates K イイメール津南店 【 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	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		10:30 ~ 11:30		
Waist 🌈 minami.T	Basic 🌈 Kyoka.M	Back & Arm 🌈 Kana.S		Basic 🌈 Kana.S	Body Balance Sachi		Back & Arm 🌈 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 makiho	Hip & Leg 🌈 makiho	Body Balance Sachi		Pilates Workout Sachi	Back & Arm 🌈 Kana.S		Basic 🌈 minami.T		
13:00 ~ 14:30	13:00 ~ 14:00	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30		
Basic 🌈 minami.T	Waist 🌈 minami.T	Basic 🌈 Kana.S		Waist 🌈 Kana.S			Waist 🌈 Kyoka.M		
	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30							
	Back & Arm 🌈 Kana.S	Pilates Workout Sachi							
	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 🌈 Sachi				Basic 🌈 Kyoka.M	Basic 🌈 Kyoka.M	Waist 🌈 Kyoka.M	Hip & Leg 🌈 Akane.K		
19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
Stretch & Conditioning 🌈 Sachi				Body Balance Sachi	Waist 🌈 minami.T	Basic 🌈 minami.T	Shape up waist makiho		
21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		
Waist 🌈 Kyoka.M				Waist 🌈 Kyoka.M	Basic 🌈 Kyoka.M	Back & Arm 🌈 Kana.S	Basic 🌈 Akane.K		

pilates K イイメール津南店 【 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		
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		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		
Stretch & Conditioning 🌈 Sachi	Basic 🌈 Akane.K		Back & Arm 🌈 Kana.S	Waist 🌈 minami.T		Waist 🌈 Kyoka.M	Body Balance 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 🌈 Kana.S	Pilates Cardio makiho		Body Balance Sachi	Basic 🌈 Kyoka.M		Back & Arm 🌈 Kana.S	Basic 🌈 minami.T		
13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		
Body Balance Sachi	Waist 🌈 minami.T		Basic 🌈 Akane.K			Basic 🌈 minami.T	Pilates Cardio Sachi		
15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30						15:00 ~ 16:00		
Basic 🌈 Kyoka.M	Hip & Leg 🌈 Akane.K						Back & Arm 🌈 Kana.S		
17:30 ~ 18:30							17:30 ~ 18:30		
Pilates Workout Sachi							Basic 🌈 Kana.S		
			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			
			Basic 🌈 Kana.S	Waist 🌈 Kyoka.M	Basic 🌈 minami.T	Hip & Leg 🌈 Akane.K			
			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
			Hip & Leg 🌈 Akane.K	Back & Arm 🌈 Kana.S	Shape up waist makiho	Pilates Cardio makiho			
			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
			Pilates Workout Sachi	Body Balance Sachi	Hip & Leg 🌈 Akane.K	Basic 🌈 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。

pilates K イイモール津南店 【 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		
日	月	火	水	木	金	土	日		
10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		
Hip & Leg 🍃 Akane.K		Pilates Cardio makiho	Stretch & Conditioning 🍃 Sachi		Basic 🍃 Akane.K	Basic 🍃 Akane.K	Shape up waist 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 makiho		Basic 🍃 Akane.K	Back & Arm 🍃 Kana.S		Hip & Leg 🍃 Akane.K	Waist 🍃 minami.T	Basic 🍃 Akane.K		
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		
Basic 🍃 Akane.K		Hip & Leg 🍃 Akane.K			Waist 🍃 minami.T	Pilates Workout Sachi	Back & Spine makiho		
16:30 ~ 17:30						15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		
Pilates Workout makiho						Basic 🍃 minami.T	Back & Arm 🍃 Kana.S		
						17:30 ~ 18:30			
						Pilates Cardio Sachi			
		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00				
		Waist 🍃 Kana.S	Basic 🍃 Kyoka.M	Shape up waist makiho	Basic 🍃 minami.T				
		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				
		Basic 🍃 Kyoka.M	Hip & Leg 🍃 Akane.K	Back & Arm 🍃 Kana.S	Waist 🍃 Kana.S				
		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				
		Back & Arm 🍃 Kana.S	Waist 🍃 minami.T	Basic 🍃 minami.T	Body Balance Sachi				

pilates K イイモール津南店 【 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	木	金	土	日			
close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30			
	Basic 🍃 Akane.K	Back & Arm 🍃 Kana.S		Waist 🍃 minami.T	Hip & Leg 🍃 Akane.K	Back & Spine makiho			
	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30			
	Hip & Leg 🍃 Akane.K	Pilates Workout makiho		Pilates Cardio makiho	Shape up waist makiho	Waist 🍃 minami.T			
	13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30			
	Back & Arm 🍃 Kana.S			Basic 🍃 minami.T	Waist 🍃 minami.T	Hip & Leg 🍃 makiho			
					15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30			
					Body Balance makiho	Basic 🍃 minami.T			
					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 makiho	Waist 🍃 minami.T	Basic 🍃 Akane.K	Stretch & Conditioning 🍃 makiho					
	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30					
	Waist 🍃 minami.T	Body Balance makiho	Back & Arm 🍃 Kana.S	Basic 🍃 Akane.K					
	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00					
	Pilates Cardio makiho	Basic 🍃 minami.T	Hip & Leg 🍃 Akane.K	Back & Arm 🍃 Kana.S					

🍃 : 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。