

pilates K イオンタウン名西店		【 09/01 ~ 09/08 】		スケジュール		2025/08/19	更新
09/01	09/02	09/03	09/04	09/05	09/06	09/07	09/08
月	火	水	木	金	土	日	月
close	10:30 ~ 11:30 Back & Arm megumi.Y	10:30 ~ 11:30 Basic Monami.O		10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Kasumi.S	10:30 ~ 11:30 Waist Yukina.K	10:30 ~ 11:30 Basic Yukina.K	close
	12:00 ~ 13:00 Basic Monami.O	12:30 ~ 13:30 Waist Yukina.K		12:00 ~ 13:00 Back & Arm Monami.O	12:00 ~ 13:00 jump to burn Fuka.y	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg Fuka.y	
	13:30 ~ 14:30 Back & Arm megumi.Y			13:30 ~ 14:30 Basic Monami.O	13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning Fuka.y	14:30 ~ 15:30 jump to burn Fuka.y	
					15:00 ~ 16:00 Basic Yukina.K	16:30 ~ 17:30 Stretch & Conditioning Fuka.y	
	18:00 ~ 19:00 Basic Monami.O	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Fuka.y	18:00 ~ 19:00 Basic Yukina.K	18:00 ~ 19:00 Waist Kasumi.S	17:30 ~ 18:30 Hip & Leg Kasumi.S		
	19:30 ~ 20:30 Waist Yukina.K	19:30 ~ 20:30 Basic Yukina.K	19:30 ~ 20:30 Back & Arm Monami.O	19:30 ~ 20:30 Stretch & Conditioning Fuka.y			
	21:00 ~ 22:00 Basic Yukina.K	21:00 ~ 22:00 jump to burn Fuka.y	21:00 ~ 22:00 Waist Yukina.K	21:00 ~ 22:00 Basic Fuka.y			

pilates K イオンタウン名西店		【 09/09 ~ 09/16 】		スケジュール		2025/08/19	更新
09/09	09/10	09/11	09/12	09/13	09/14	09/15	09/16
火	水	木	金	土	日	月	火
10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning Fuka.y	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Fuka.y		10:30 ~ 11:30 Basic Monami.O	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Kasumi.S	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Monami.O	close	10:30 ~ 11:30 jump to burn Fuka.y
12:00 ~ 13:00 Back & Arm Monami.O	12:30 ~ 13:30 Basic Yukina.K		12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Fuka.y	12:00 ~ 13:00 Basic Yukina.K	12:30 ~ 13:30 Waist Kasumi.S		12:00 ~ 13:00 Basic Yukina.K
13:30 ~ 14:30 jump to burn Fuka.y			13:30 ~ 14:30 Back & Arm Monami.O	13:30 ~ 14:30 jump to burn Fuka.y	14:30 ~ 15:30 Hip & Leg Kasumi.S		13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Fuka.y
				15:00 ~ 16:00 Waist Kasumi.S	16:30 ~ 17:30 Basic Monami.O		
18:00 ~ 19:00 Waist Kasumi.S	18:00 ~ 19:00 Back & Arm Monami.O	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Kasumi.S	18:00 ~ 19:00 Stretch & Conditioning Fuka.y	17:30 ~ 18:30 Basic Yukina.K			18:00 ~ 19:00 Back & Arm Monami.O
19:30 ~ 20:30 Basic Monami.O	19:30 ~ 20:30 Waist Kasumi.S	19:30 ~ 20:30 Basic Monami.O	19:30 ~ 20:30 jump to burn Fuka.y				19:30 ~ 20:30 Waist Yukina.K
21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Kasumi.S	21:00 ~ 22:00 Basic Monami.O	21:00 ~ 22:00 Back & Arm Monami.O	21:00 ~ 22:00 Basic Yukina.K				21:00 ~ 22:00 Basic Monami.O

・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 サイトをご覧ください。
・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。
・レッスン開始時間 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。

pilates K イオン名西店 【 09/17 ~ 09/24 】 スケジュール

2025/08/19 更新

09/17	09/18	09/19	09/20	09/21	09/22	09/23	09/24
水	木	金	土	日	月	火	水
10:30 ~ 11:30 Back & Arm Monami.O		10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning Fuka.y	10:30 ~ 11:30 jump to burn Fuka.y	10:30 ~ 11:30 Basic Yukina.K	close	10:30 ~ 11:30 Basic Monami.O	10:30 ~ 11:30 Waist Kasumi.S
12:30 ~ 13:30 Hip & Leg Kasumi.S		12:00 ~ 13:00 jump to burn Fuka.y	12:00 ~ 13:00 Back & Arm Monami.O	12:30 ~ 13:30 Back & Arm Monami.O		12:00 ~ 13:00 Back & Arm Monami.O	12:30 ~ 13:30 Basic Fuka.y
		13:30 ~ 14:30 Basic Yukina.K	13:30 ~ 14:30 Waist Yukina.K	14:30 ~ 15:30 Basic Monami.O		13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning Fuka.y	
			15:00 ~ 16:00 Basic Yukina.K	16:30 ~ 17:30 Waist Yukina.K		15:00 ~ 16:00 Hip & Leg Kasumi.S	
18:00 ~ 19:00 Basic Yukina.K	18:00 ~ 19:00 Stretch & Conditioning Fuka.y	18:00 ~ 19:00 Basic Fuka.y	17:30 ~ 18:30 Back & Arm Monami.O			17:30 ~ 18:30 jump to burn Fuka.y	18:00 ~ 19:00 Waist Yukina.K
19:30 ~ 20:30 Back & Arm Monami.O	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Kasumi.S	19:30 ~ 20:30 Waist Kasumi.S				~	19:30 ~ 20:30 Basic Yukina.K
21:00 ~ 22:00 Waist Yukina.K	21:00 ~ 22:00 jump to burn Fuka.y	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Kasumi.S				~	21:00 ~ 22:00 Back & Arm Monami.O

pilates K イオン名西店 【 09/25 ~ 】 スケジュール

2025/08/19 更新

09/25	09/26	09/27	09/28	09/29	09/30
木	金	土	日	月	火
	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Kasumi.S	10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning Fuka.y	10:30 ~ 11:30 Waist Kasumi.S	close	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Monami.O
	12:00 ~ 13:00 Basic Yukina.K	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Kasumi.S	12:30 ~ 13:30 Basic Monami.O		12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Kasumi.S
	13:30 ~ 14:30 Waist Kasumi.S	13:30 ~ 14:30 Basic Yukina.K	14:30 ~ 15:30 Hip & Leg Kasumi.S		13:30 ~ 14:30 Basic Monami.O
		15:00 ~ 16:00 Waist Kasumi.S	16:30 ~ 17:30 Basic Monami.O		
18:00 ~ 19:00 Basic Monami.O	18:00 ~ 19:00 Stretch & Conditioning Fuka.y	17:30 ~ 18:30 jump to burn Fuka.y			18:00 ~ 19:00 Waist Kasumi.S
19:30 ~ 20:30 Back & Arm Monami.O	19:30 ~ 20:30 Basic Yukina.K				19:30 ~ 20:30 Stretch & Conditioning Fuka.y
21:00 ~ 22:00 Basic Yukina.K	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Fuka.y				21:00 ~ 22:00 jump to burn Fuka.y

・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週間前迄にお断りしております。
・レッスン開始時間1時間前までキャンセルは可能ですが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。