

09/01	09/02	09/03	09/04	09/05	09/06	09/07	09/08
月	火	水	木	金	土	日	月
	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg yuki.H	10:30 ~ 11:30 Back & Arm nagisa.F		10:30 ~ 11:30 Basic Ayane.S	10:30 ~ 11:30 Shape up waist sora	10:30 ~ 11:30 Back & Arm moeno.T	
	12:00 ~ 13:00 Back & Arm moeno.T	12:30 ~ 13:30 Release&Strength sora		12:00 ~ 13:00 Back & Arm nagisa.F	12:00 ~ 13:00 Basic Ayane.S	12:30 ~ 13:30 jump to burn yuki.H	
	13:30 ~ 14:30 Waist yuki.H			13:30 ~ 14:30 Basic Ayane.S	13:30 ~ 14:30 Back & Arm nagisa.F	14:30 ~ 15:30 Basic sora	
					15:00 ~ 16:00 Release&Strength sora	16:30 ~ 17:30 Hip & Leg yuki.H	
					17:30 ~ 18:30 Basic Ayane.S		
	17:30 ~ 18:30 jump to burn sora	17:30 ~ 18:30 Waist sora	17:30 ~ 18:30 Back & Arm moeno.T	17:30 ~ 18:30 Hip & Leg yuki.H			
	19:00 ~ 20:00 Back & Arm nagisa.F	19:00 ~ 20:00 Basic yuki.H	19:00 ~ 20:00 Shape up waist sora	19:00 ~ 20:00 Back & Arm moeno.T			
	20:30 ~ 21:30 Release&Strength sora	20:30 ~ 21:30 Back & Arm moeno.T	20:30 ~ 21:30 Basic Ayane.S	20:30 ~ 21:30 jump to burn yuki.H			

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 jump to burn sora	10:30 ~ 11:30 Shape up waist sora		10:30 ~ 11:30 Back & Arm moeno.T	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg yuki.H	10:30 ~ 11:30 Basic Ayane.S		10:30 ~ 11:30 Waist yuki.H
12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning yuki.H	12:30 ~ 13:30 Back & Arm nagisa.F		12:00 ~ 13:00 jump to burn sora	12:00 ~ 13:00 Basic Ayane.S	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg yuki.H		12:00 ~ 13:00 Back & Arm moeno.T
13:30 ~ 14:30 Back & Arm nagisa.F			13:30 ~ 14:30 Back & Arm nagisa.F	13:30 ~ 14:30 Waist yuki.H	14:30 ~ 15:30 Back & Arm moeno.T		13:30 ~ 14:30 Hip & Leg yuki.H
				15:00 ~ 16:00 Basic Ayane.S	16:30 ~ 17:30 Shape up waist yuki.H		
				17:30 ~ 18:30 Back & Arm nagisa.F			
17:30 ~ 18:30 Basic Ayane.S	17:30 ~ 18:30 Back & Arm moeno.T	17:30 ~ 18:30 Basic sora	17:30 ~ 18:30 Hip & Leg yuki.H				17:30 ~ 18:30 Shape up waist sora
19:00 ~ 20:00 Hip & Leg yuki.H	19:00 ~ 20:00 jump to burn yuki.H	19:00 ~ 20:00 Release&Strength sora	19:00 ~ 20:00 Basic Ayane.S				19:00 ~ 20:00 Back & Arm nagisa.F
20:30 ~ 21:30 Back & Arm Ayane.S	20:30 ~ 21:30 Basic Ayane.S	20:30 ~ 21:30 Back & Arm moeno.T	20:30 ~ 21:30 Shape up waist yuki.H				20:30 ~ 21:30 Basic Ayane.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週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 イオンモール八幡東店 【 09/17 ~ 09/24 】 スケジュール

2025/09/19 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 Basic 📄 sora		10:30 ~ 11:30 Basic 📄 Ayane.S	10:30 ~ 11:30 Back & Arm 📄 nagisa.F	10:30 ~ 11:30 Release&Strength sora		10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning 📄 yuki.H	10:30 ~ 11:30 Back & Arm 📄 moeno.T
12:30 ~ 13:30 Waist 📄 yuki.H		12:00 ~ 13:00 Back & Arm 📄 nagisa.F	12:00 ~ 13:00 Shape up waist sora	12:30 ~ 13:30 Back & Arm 📄 nagisa.F		12:00 ~ 13:00 Basic 📄 yuki.H	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg 📄 yuki.H
		13:30 ~ 14:30 Basic 📄 Ayane.S	13:30 ~ 14:30 Back & Arm 📄 nagisa.F	14:30 ~ 15:30 Basic 📄 sora		13:30 ~ 14:30 Back & Arm 📄 moeno.T	
			15:00 ~ 16:00 jump to burn sora	16:30 ~ 17:30 Back & Arm 📄 moeno.T		15:00 ~ 16:00 Waist 📄 nagisa.F	
			17:30 ~ 18:30 Release&Strength sora			17:30 ~ 18:30 jump to burn yuki.H	
17:30 ~ 18:30 Back & Arm 📄 Ayane.S	17:30 ~ 18:30 jump to burn sora	17:30 ~ 18:30 Release&Strength sora					17:30 ~ 18:30 Back & Arm 📄 moeno.T
19:00 ~ 20:00 Basic 📄 Ayane.S	19:00 ~ 20:00 Back & Arm 📄 moeno.T	19:00 ~ 20:00 Waist 📄 sora					19:00 ~ 20:00 Waist 📄 nagisa.F
20:30 ~ 21:30 Back & Arm 📄 nagisa.F	20:30 ~ 21:30 Release&Strength sora	20:30 ~ 21:30 Back & Arm 📄 moeno.T					20:30 ~ 21:30 jump to burn sora

pilates K イオンモール八幡東店 【 09/25 ~ 09/30 】 スケジュール

2025/09/19 更新

09/25	09/26	09/27	09/28	09/29	09/30
木	金	土	日	月	火
	10:30 ~ 11:30 Basic 📄 sora	10:30 ~ 11:30 Waist 📄 sora	10:30 ~ 11:30 Shape up waist yuki.H		10:30 ~ 11:30 Back & Arm 📄 moeno.T
	12:00 ~ 13:00 Waist 📄 nagisa.F	12:00 ~ 13:00 Back & Arm 📄 nagisa.F	12:30 ~ 13:30 Back & Arm 📄 moeno.T		12:00 ~ 13:00 Waist 📄 nagisa.F
	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg 📄 sora	13:30 ~ 14:30 Shape up waist yuki.H	14:30 ~ 15:30 jump to burn yuki.H		13:30 ~ 14:30 Back & Arm 📄 moeno.T
		15:00 ~ 16:00 Basic 📄 sora	16:30 ~ 17:30 Waist 📄 nagisa.F		
		17:30 ~ 18:30 Hip & Leg 📄 yuki.H			
17:30 ~ 18:30 Basic 📄 yuki.H	17:30 ~ 18:30 Back & Arm 📄 nagisa.F				17:30 ~ 18:30 Release&Strength sora
19:00 ~ 20:00 Back & Arm 📄 moeno.T	19:00 ~ 20:00 jump to burn sora				19:00 ~ 20:00 jump to burn yuki.H
20:30 ~ 21:30 Hip & Leg 📄 yuki.H	20:30 ~ 21:30 Back & Arm 📄 moeno.T				20:30 ~ 21:30 Basic 📄 sora

📄 : 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。