

pilates K イオンモール榎原店		【 10/01 ~ 10/08 】		スケジュール		2025/09/14 更新	
10/01	10/02	10/03	10/04	10/05	10/06	10/07	10/08
水	木	金	土	日	月	火	水
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Shape up waist	Waist	Basic	Stretch&Conditioning	jump to burn		Pilates Cardio	Back&Arm
moe.K	ayano.M	Saki.N	Saki.N	moe.K		moe.K	Yuri.T
12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30
Hip&Leg	Basic	Hip&Leg	Shape up waist	Basic		Waist	Basic
ayano.M	Yuka.h	ayano.M	moe.K	Saki.N		Saki.N	Yuka.h
		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	
		Waist	Basic	Back&Arm		Basic	
		Saki.N	Saki.N	Yuri.T		moe.K	
			15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30			
			Back&Arm	Basic			
			Yuka.h	Yuka.h			
			17:30 ~ 18:30				
			Basic				
			Yuka.h				
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30				17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30
Back&Arm	Stretch&Conditioning	Basic				Basic	Waist
Yuri.T	Yuri.T	ayano.M				ayano.M	Saki.N
19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00				19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00
Basic	Hip&Leg	Back&Arm				Waist	Pilates Cardio
Saki.N	Yuka.h	Yuri.T				Saki.N	ayano.M
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30				20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30
Waist	Basic	Pilates Cardio				Hip&Leg	Basic
Saki.N	Yuka.h	ayano.M				ayano.M	Saki.N

pilates K イオンモール榎原店		【 10/09 ~ 10/16 】		スケジュール		2025/09/14 更新	
10/09	10/10	10/11	10/12	10/13	10/14	10/15	10/16
木	金	土	日	月	火	水	木
10:30 ~ 11:30	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
Stretch&Conditioning	Waist	Basic	Shape up waist		Basic	Hip&Leg	Back&Arm
Yuri.T	Saki.N	Yuka.h	moe.K		Yuka.h	Yuka.h	Yuri.T
12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30
Hip&Leg	Basic	Hip&Leg	Pilates Cardio		Back&Arm	Shape up waist	Basic
Yuka.h	moe.K	moe.K	ayano.M		Yuri.T	moe.K	Saki.N
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30		
	Stretch&Conditioning	Back&Arm	Basic		Hip&Leg		
	Saki.N	Yuka.h	moe.K		Yuka.h		
		15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30				
		Basic	Waist				
		ayano.M	ayano.M				
		17:30 ~ 18:30					
		jump to burn					
		ayano.M					
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30				17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30
Basic	Back&Arm				Waist	Basic	Pilates Cardio
Saki.N	Yuri.T				ayano.M	Yuka.h	ayano.M
19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00				19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00
Back&Arm	Basic				Basic	Back&Arm	Waist
Yuri.T	moe.K				Saki.N	Yuri.T	Saki.N
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30				20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30
Waist	Back&Arm				jump to burn	Stretch&Conditioning	Basic
Saki.N	Yuri.T				ayano.M	Yuri.T	ayano.M

・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時間前まで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。

pilates K イオンモール榎原店

【 10/17 ~ 10/24 】 スケジュール

2025/09/14 更新

10/17	10/18	10/19	10/20	10/21	10/22	10/23	10/24
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	10:30 ~ 11:30
Basic	Waist	Basic		Waist	Basic	Shape up waist	Back&Arm
Yuka.h	Saki.N	Yuka.h		Saki.N	Yuka.h	moe.K	Yuri.T
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 13:00
jump to burn	Stretch&Conditioning	Back&Arm		Basic	Stretch&Conditioning	Back&Arm	Basic
ayano.M	Yuri.T	Yuri.T		Saki.N	Yuri.T	Yuri.T	Saki.N
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30
Hip&Leg	Basic	Stretch&Conditioning		Back&Arm			.
Yuka.h	Yuka.h	Yuri.T		Yuri.T			Yuri.T
	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30					
	Back&Arm	Basic					
	Yuri.T	Saki.N					
	17:30 ~ 18:30						
	Basic						
	Yuka.h						
17:30 ~ 18:30				17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30
Basic				Hip&Leg	Basic	jump to burn	Shape up waist
ayano.M				Yuka.h	Yuka.h	Saki.N	moe.K
19:00 ~ 20:00				19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00
Stretch&Conditioning				Stretch&Conditioning	Hip&Leg	Basic	Waist
Yuri.T				Yuri.T	Yuka.h	Yuka.h	Saki.N
20:30 ~ 21:30				20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30
Hip&Leg				Basic	Shape up waist	Waist	Basic
ayano.M				Yuka.h	moe.K	ayano.M	moe.K

pilates K イオンモール榎原店

【 10/25 ~ 10/31 】 スケジュール

2025/09/14 更新

10/25	10/26	10/27	10/28	10/29	10/30	10/31
土	日	月	火	水	木	金
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
Basic	Hip&Leg		Basic	Shape up waist	Basic	Hip&Leg
Saki.N	Yuka.h		Yuka.h	moe.K	ayano.M	Yuka.h
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 13:00
Shape up waist	Stretch&Conditioning		Back&Arm	Basic	jump to burn	Pilates Cardio
moe.K	Yuri.T		Yuri.T	Saki.N	Saki.N	moe.K
13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30
Hip&Leg	Basic		Hip&Leg			Basic
Yuka.h	Yuka.h		ayano.M			Yuka.h
15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30					
Basic	jump to burn					
ayano.M	ayano.M					
17:30 ~ 18:30						
Pilates Cardio						
ayano.M						
			17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30
			Basic	Hip&Leg	Basic	Back&Arm
			ayano.M	Yuka.h	moe.K	Yuri.T
			19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00
			jump to burn	Pilates Cardio	Stretch&Conditioning	Basic
			Saki.N	moe.K	Yuri.T	ayano.M
			20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30
			Stretch&Conditioning	Basic	Shape up waist	Stretch&Conditioning
			Yuri.T	Yuka.h	moe.K	Yuri.T

:休職可能レッスン

・クラスの曜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サイトまでご確認ください。
・ご予約されたレッスンをキャンセルされる場合は、1週間前迄にお願ひしております。
・レッスン開始時間1時間前迄のキャンセルは、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。