

	12/01	12/02	12/03	12/04	12/05	12/06	12/07	12/08
月	火	水	木	金	土	日		月
	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30			10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
	Basic	Pilates Barre			Hip&Leg	Basic	Hip&Leg	
	MOE.T	Liins.S			Kanna.A	MOE.T	Kokoru.y	
	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30			12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	
	Pilates Barre	Stretch&Conditioning			Basic	Back&Arm	Release&Strength	
	Liins.S	Kanna.A			MOE.T	Kokoru.y	Liins.S	
	13:30 ~ 14:30				13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	
	Back&Arm				Body Balance	Waist spXmas	Basic	
	MOE.T				Kanna.A	MOE.T	Kokoru.y	
						15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	
						Basic	Back&Arm	
						Kokoru.y	Liins.S	
close								close
						17:30 ~ 18:30		
						Release&Strength		
						Liins.S		
	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30			
	Hip&Leg	Back&Arm	Stretch&Conditioning	Basic				
	Kokoru.y	Kokoru.y	Kanna.A	Kokoru.y				
	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00			
	Release&Strength	Body Balance	Basic	Back&Arm				
	Liins.S	Kanna.A	MOE.T	MOE.T				
	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30			
	Basic	Waist spXmas	Body Balance	Waist spXmas				
	Kokoru.y	Kokoru.y	Kanna.A	Kokoru.y				

	12/09	12/10	12/11	12/12	12/13	12/14	12/15	12/16
月	火	水	木	金	土	日	月	火
	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30			10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
	Release&Strength	Back&Arm			Pilates Barre	Waist spXmas	Basic	Stretch&Conditioning
	Liins.S	Liins.S			Liins.S	Kokoru.y	Kokoru.y	Kanna.A
	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30			12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 13:00
	Hip&Leg	Basic			Waist spXmas	Stretch&Conditioning	Hip&Leg	Back&Arm
	Kanna.A	Kokoru.y			MOE.T	Kanna.A	Kanna.A	Liina.S
	13:30 ~ 14:30				13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	13:30 ~ 14:30
	Pilates Barre				Release&Strength	Back&Arm	Waist spXmas	Body Balance
	Liins.S				Liins.S	Kokoru.y	Kokoru.y	Kanna.A
						15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	
						Basic	Body Balance	
						Kanna.A	Kanna.A	
						17:30 ~ 18:30		
						Back&Arm		
						Kokoru.y		
	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30			17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30
	Basic	Hip&Leg	Body Balance	Back&Arm			Release&Strength	Pilates Barre
	MOE.T	Kanna.A	Kanna.A	Kanna.A			Liina.S	Liins.S
	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00			19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00
	Body Balance	Waist spXmas	Hip&Leg	Basic			Hip&Leg	Back&Arm
	Kanna.A	MOE.T	Kanna.A	MOE.T			Kanna.A	MOE.T
	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30			20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30
	Waist spXmas	Stretch&Conditioning	Basic	Hip&Leg			Pilates Barre	Release&Strength
	MOE.T	Kanna.A	MOE.T	Kanna.A			Liina.S	Liins.S

\*:休憩可能レッスン

\*: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。

\*:レッスン開始時間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。

\*:※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。

pilatesK イオンモール新利府店			【 12/17 ~ 12/24 】 スケジュール				2025/12/09 更新	
12/17	12/18	12/19	12/20	12/21	月	12/22	12/23	12/24
水	木	金	土	日	月			
10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Pilates Barre		Release&Strength	Basic	Back&Arm		Back&Arm	Basic	
Liins.S		Liins.S	Kokoru.y	Liins.S			MOE.T	MOE.T
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30
Body Balance		Basic	Waist spXmas	Basic		Basic	Stretch & Conditioning	
Kanna.A		Kokoru.y	MOE.T	MOE.T		Kokoru.y	Kanna.A	
		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30		
		Back&Arm	Stretch & Conditioning	Pilates Barre		Waist spXmas		
		Liins.S	Kanna.A	Liins.S		MOE.T		
				15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30			
				Hip&Leg	Waist spXmas			
				Kokoru.y	MOE.T			
				17:30 ~ 18:30				
				Body Balance				
				Kanna.A				
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30			17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	
Waist spXmas	Back&Arm	Stretch & Conditioning				Body Balance	Basic	
MOE.T	Kokoru.y	Kanna.A				Kanna.A	Kokoru.y	
19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00			19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	
Release&Strength	Basic	Hip&Leg				Hip&Leg	Body Balance	
Liins.S	MOE.T	Kokoru.y				Kokoru.y	Kanna.A	
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30			20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	
Basic	Waist spXmas	Basic				Stretch & Conditioning	Waist spXmas	
MOE.T	Kokoru.y	Kanna.A				Kanna.A	Kokoru.y	

close

pilatesK イオンモール新利府店			【 12/25 ~ 12/31 】 スケジュール					
12/25	12/26	12/27	12/28	12/29	12/30	12/31		
木	金	土	日	月	火	水		
	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30					
	Back&Arm	Body Balance	Waist					
	Liins.S	Kanna.A	MOE.T					
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30					
	Waist	Basic	Hip&Leg					
	MOE.T	MOE.T	Kanna.A					
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30					
	Pilates Barre	Hip&Leg	Basic					
	Liins.S	Kokoru.y	MOE.T					
		15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30					
		Back&Arm	Release&Strength					
		Kanna.A	Kanna.A					
		17:30 ~ 18:30						
		Waist						
		Kokoru.y						
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30							
Waist spXmas	Release&Strength							
Kokoru.y	Kanna.A							
19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00							
Pilates Barre	Basic							
Liins.S	Kokoru.y							
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30							
Hip&Leg	Stretch & Conditioning							
Kokoru.y	Kanna.A							

close

:体験可能なレッスン  
 ・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がキャンセルされた場合は、1時間前迄にお願いしております。  
 レッスン開始後は原則変更不可のため、セミナーは時間枠を変更できません。  
 ※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。