

pilatesKイオンタウン松阪船江		【 01/01 ~ 01/08 】		スケジュール		2025/12/27 更新	
01/01	01/02	01/03	01/04	01/05	01/06	01/07	01/08
木	金	土	日	月	火	水	木
close	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close
		Basic🌿	Back & Arm🌿		Pilates Barre	Back & Arm🌿	
		Yuka.N	Yukina.K		Honoka.T	Yukina.K	
		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	
		Hip & Leg🌿	Pilates Barre		Hip & Leg🌿	Stretch & Conditioning🌿	
		Mai.N	Honoka.T		Mai.N	Kanami.O	
		13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close	
		Back & Arm🌿	Body Balance		Body Balance		
		Yukina.K	Mai.N		Mai.N		
		15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close		
		Waist🌿	Basic🌿				
		Yuka.N	Yukina.K				
		close	close				
		17:30 ~ 18:30					
		Basic🌿					
		Mai.N					
		close					
		close	18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
			Waist🌿		Hip & Leg🌿	Basic🌿	
			Yukina.K		Mai.N	Yuka.N	
			19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
			Back & Arm🌿		Basic🌿	Hip & Leg🌿	
			Yukina.K		Honoka.T	Mai.N	
			21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
			Shape up waist		Body Balance	Waist🌿	
			Honoka.T		Honoka.T	Yuka.N	

pilatesK イオンタウン松阪船江			【 01/09 ~ 01/16 】	スケジュール				
01/09	01/10	01/11	01/12	01/13	01/14	01/15	01/16	
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	close	10:30 ~ 11:30	
Basic 🌿	Back & Arm 🌿	Basic 🌿		Hip & Leg 🌿	Shape up waist		Waist 🌿	
Yuka.N	Yukina.K	Nanako.K		Mai.N	Honoka.T		Yuka.N	
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	
Hip & Leg 🌿	Basic 🌿	Shape up waist		Body Balance	Pilates Barre		Basic 🌿	
Mai.N	Yuka.N	Honoka.T		Mai.N	Honoka.T		Yukina.K	
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	
Waist 🌿	Waist 🌿	Stretch & Conditioning 🌿		Back & Arm 🌿			Back & Arm 🌿	
Yuka.N	Yuka.N	Nanako.K		Honoka.T			Yuka.N	
close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close			close	close
	Basic 🌿	Pilates Barre						
	Yukina.K	Honoka.T						
	close							
17:30 ~ 18:30	close	close		close			close	
Waist 🌿								
Yuka.N								
18:00 ~ 19:00					18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00
Back & Arm 🌿	Shape up waist	Back & Arm 🌿		Waist 🌿	Stretch & Conditioning 🌿			
Yukina.K	Honoka.T	Yukina.K		Yuka.N	Akane.K			
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
Waist 🌿	Basic 🌿	Body Balance		Back & Arm 🌿	Basic 🌿			
Yukina.K	Yuka.N	Mai.N		Yuka.N	Yukina.K			
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		
Body Balance	Pilates Barre	Waist 🌿		Basic 🌿	Hip & Leg 🌿			
Mai.N	Honoka.T	Mai.N		Yukina.K	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時間前迄にお願いしております。
 ・レッスン開始時刻1時間前を切つ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 イオン松阪船江		【 01/17 ~ 01/24 】 スケジュール						2025/12/27 更新							
01/17		01/18		01/19		01/20		01/21		01/22		01/23		01/24	
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		close		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	
Basic 🇯🇵		Waist 🇯🇵				Pilates Barre		Body Balance				Hip & Leg 🇯🇵		Waist 🇯🇵	
Yuka.N		Yukina.K				Honoka.T		Honoka.T				Mai.N		Yukina.K	
12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30				12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00				12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	
Hip & Leg 🇯🇵		Basic 🇯🇵				Basic 🇯🇵		Back & Arm 🇯🇵				Body Balance		Stretch & Conditioning 🇯🇵	
Mai.N		Yuka.N				Yuka.N		Yukina.K				Mai.N		Sachi	
13:30 ~ 14:30		14:30 ~ 15:30				13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30				13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	
Basic 🇯🇵		Back & Arm 🇯🇵				Waist 🇯🇵		Hip & Leg 🇯🇵				Basic 🇯🇵		Hip & Leg 🇯🇵	
Yuka.N		Yukina.K				Yukina.K		Mai.N				Yukina.K		Sachi	
15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30				close		15:00 ~ 16:00				15:00 ~ 16:00		close	
Body Balance		Basic 🇯🇵		Back & Arm 🇯🇵				Basic 🇯🇵		Back & Arm 🇯🇵					
Mai.N		Yuka.N		Yuka.N				Yukina.K		Yukina.K					
close		close		16:30 ~ 17:30				16:30 ~ 17:30		close		close			
17:30 ~ 18:30				Basic 🇯🇵				Pilates Barre		close		17:30 ~ 18:30			
Back & Arm 🇯🇵				Yukina.K				Honoka.T		close		Basic 🇯🇵			
Yuka.N				18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00		close		Sachi			
close				Body Balance				Waist 🇯🇵		close		close			
				Honoka.T				Mai.N							
				18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00							
				Hip & Leg 🇯🇵		Back & Arm 🇯🇵									
				Akane.K		Honoka.T									
				19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30									
				Shape up waist		Pilates Barre									
				Honoka.T		Honoka.T									
				21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00									
				Stretch & Conditioning 🇯🇵		Waist 🇯🇵									
Akane.K				Yukina.K											

pilatesK イオン松阪船江		【 01/25 ~ 01/31 】 スケジュール														
01/25	01/26	01/27	01/28	01/29	01/30	01/31										
日	月	火	水	木	金	土										
10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30										
Pilates Barre		Waist 🌈	Basic 🌈		Waist 🌈	Basic 🌈										
Honoka.T		未確定	未確定		Mai.N	Yuka.N										
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00										
Waist 🌈		Back & Arm 🌈	Pilates Barre		Back & Arm 🌈	Pilates Barre										
Yukina.K		Mai.N	Honoka.T		Yukina.K	Honoka.T										
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30										
Basic 🌈		Basic 🌈			Body Balance	Waist 🌈										
Yukina.K		未確定			Mai.N	Yuka.N										
16:30 ~ 17:30		close			close	close	15:00 ~ 16:00									
Body Balance							Shape up waist									
Honoka.T							Honoka.T									
close							close	close	close							
									17:30 ~ 18:30							
									Back & Arm 🌈							
									Yuka.N							
									close	close	close	close				
						close							close	close	close	
18:00 ~ 19:00							18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00								18:00 ~ 19:00
Pilates Barre							Hip & Leg 🌈	Back & Arm 🌈								Pilates Barre
Honoka.T							Mai.N	Yukina.K								Honoka.T
19:30 ~ 20:30							19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30								19:30 ~ 20:30
Body Balance							Basic 🌈	Waist 🌈	Basic 🌈							
Mai.N	Honoka.T	Yukina.K	Yuka.N													
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00													
Hip & Leg 🌈	Waist 🌈	Body Balance	Hip & Leg 🌈													
Honoka.T	Mai.N	Mai.N	Honoka.T													

 : 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時間前を切つ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。