

イオンモール榎原店		【 01/01 ~ 01/08 】		スケジュール		2025/12/17 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	10:30 ~ 11:30			
		Basic 🌱	jump to burn		Pre Basic	Back & Arm 🌱	Pre Basic			
		Yuka.h	moe.K		ayano.M	ayano.M	ayano.M			
		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30			
		Pilates Cardio	Hip & Leg 🌱		Shape up waist	Basic 🌱	Waist 🌱			
		moe.K	Yuka.h		Saki.N	moe.K	Saki.N			
		13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close	close			
		Back & Arm 🌱	Basic 🌱		Back & Arm 🌱					
		Yuka.h	moe.K		ayano.M					
		15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close	close	close	close		
		Waist 🌱	Back & Arm 🌱							
		moe.K	Yuka.h							
		close	close							
		17:30 ~ 18:30								
		Body Balance								
Yuka.h										
close	close	close	close	17:30 ~ 18:30					17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30
				Hip & Leg 🌱					Basic 🌱	Pilates Cardio
				Yuka.h					Saki.N	ayano.M
				19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00				
				Stretch & Conditioning 🌱	Hip & Leg 🌱	Basic 🌱				
				Saki.N	Yuka.h	moe.K				
				20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30				
				Basic 🌱	jump to burn	Shape up waist				
Yuka.h	Saki.N	Saki.N								

イオンモール榎原店		【 01/09 ~ 01/16 】		スケジュール		2025/12/17 更新	
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	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Hip & Leg 🌱	Shape up waist	Pre Basic		Shape up waist	Waist 🌱	Basic 🌱	Body Balance
ayano.M	moe.K	ayano.M		Saki.N	Saki.N	ayano.M	Yuka.h
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
Basic 🌱	Hip & Leg 🌱	Waist 🌱		Hip & Leg 🌱	Pre Basic	jump to burn	Hip & Leg 🌱
Yuka.h	Yuka.h	Saki.N		moe.K	ayano.M	Saki.N	moe.K
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close	close	13:30 ~ 14:30
Stretch & Conditioning 🌱	Basic 🌱	Pilates Cardio		Basic 🌱			Basic 🌱
ayano.M	moe.K	ayano.M		Saki.N			Yuka.h
close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close			close
	Back & Arm 🌱	jump to burn					
	Yuka.h	Saki.N					
	close	close					
17:30 ~ 18:30	Basic 🌱						
Yuka.h							
17:30 ~ 18:30	Basic 🌱						
Saki.N	Saki.N						
19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00		19:00 ~ 20:00		19:00 ~ 20:00		
Body Balance	close	Body Balance	Back & Arm 🌱		Hip & Leg 🌱	Waist 🌱	
Yuka.h		moe.K	ayano.M	Yuka.h	moe.K		
20:30 ~ 21:30		20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30		
Waist 🌱		Body Balance	Shape up waist	Basic 🌱	Stretch & Conditioning 🌱		
Saki.N			Yuka.h	moe.K	Saki.N	ayano.M	

🌱：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時間前を切っ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。

イオンモール榎原店

【 01/17 ~ 01/24 】 スケジュール

2025/12/17 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	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
Stretch & Conditioning 🏃	Hip & Leg 🦵		Waist 🦴	Basic 🏃	jump to burn 🔥	Basic 🏃	Shape up waist 🏃	
ayano.M	Yuka.h		moe.K	Yuka.h	moe.K	Yuka.h	Saki.N	
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	
Back & Arm 🦵	Basic 🏃		Pre Basic	Shape up waist	Basic 🏃	Pilates Cardio	Pre Basic	
Yuka.h	moe.K		ayano.M	moe.K	Yuka.h	moe.K	ayano.M	
13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	close	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	
Pilates Cardio	Body Balance		Hip & Leg 🦵	Back & Arm 🦵		Back & Arm 🦵	Stretch & Conditioning 🏃	
ayano.M	Yuka.h		moe.K	ayano.M		Yuka.h	Saki.N	
15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00		close	15:00 ~ 16:00	
Basic 🏃	Shape up waist		Stretch & Conditioning 🏃	Waist 🦴			Hip & Leg 🦵	
Yuka.h	moe.K		ayano.M	moe.K			ayano.M	
close	close		16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30			close	
			Pilates Cardio	Hip & Leg 🦵				
			moe.K	Yuka.h				
17:30 ~ 18:30	close		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			17:30 ~ 18:30	
Waist 🦴			Back & Arm 🦵	Pre Basic	jump to burn 🔥			
ayano.M			ayano.M	ayano.M	Saki.N			
close			close	close	close	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	close
						Back & Arm 🦵	Waist 🦴	
						Yuka.h	moe.K	
						19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	
						Basic 🏃	Hip & Leg 🦵	
						moe.K	Yuka.h	
						20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	
Body Balance			Basic 🏃					
Yuka.h			moe.K					

イオンモール榎原店

【 01/25 ~ 01/31 】 スケジュール

2025/12/17 更新

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	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30					
Body Balance		Basic👉👈	Hip & Leg👉👈	Basic👉👈	Back & Arm👉👈	Hip & Leg👉👈					
Yuka.h		未確定	Yuka.h	未確定	Yuka.h	ayano.M					
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00					
Waist👉👈		jump to burn	Pre Basic	Pilates Cardio	Basic👉👈	Shape up waist					
Saki.N		Saki.N	ayano.M	moe.K	Saki.N	Saki.N					
12:30 ~ 13:30		13:30 ~ 14:30	close	close	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30					
Back & Arm👉👈		Waist👉👈			Hip & Leg👉👈	Body Balance					
Yuka.h		moe.K			Yuka.h	Yuka.h					
14:30 ~ 15:30		close			close	close	15:00 ~ 16:00				
Basic👉👈							Basic👉👈				
Saki.N							未確定				
close							close	close			
							17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30
							Stretch & Conditioning👉👈	Waist👉👈	Pre Basic	jump to burn	close
		Saki.N			Saki.N	ayano.M	Saki.N				
		19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00						
		Basic👉👈	Pilates Cardio	Hip & Leg👉👈	Basic👉👈						
		未確定	ayano.M	moe.K	未確定						
		20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30						
Shape up waist		Basic👉👈	Back & Arm👉👈	Waist👉👈							
Saki.N		未確定	ayano.M	Saki.N							

🌱: 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。