

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
		Waist 🌱	Back & Arm 🌱					
		moe.K	Yuka.h					
		close	close					
		17:30 ~ 18:30						
		Body Balance						
		Yuka.h						
		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						

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		Basic 🏊	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		Shape up waist			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					
	17:30 ~ 18:30	close					
Basic 🏊	17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30			
Saki.N	Back & Arm 🏊		Stretch & Conditioning 🏊	Waist 🏊			Pre Basic
19:00 ~ 20:00	Yuka.h		Saki.N	Saki.N			ayano.M
Body Balance	19:00 ~ 20:00		19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00		
Yuka.h	Basic 🏊		Back & Arm 🏊	Hip & Leg 🏊	Waist 🏊		
20:30 ~ 21:30	moe.K		ayano.M	Yuka.h	moe.K		
Waist 🏊	20:30 ~ 21:30		20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30		
Saki.N	Body Balance		Shape up waist	Basic 🏊	Stretch & Conditioning 🏊		
	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週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。

イオンモール榎原店

【 01/17 ~ 01/24 】 スケジュール

2025/12/14 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	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	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 🍌			close			
			moe.K	Yuka.h			close			
18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00	17:30 ~ 18:30						
Waist 🍌			Back & Arm 🍌	jump to burn						
ayano.M			ayano.M	Saki.N						
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

2025/12/14 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	15:00 ~ 16:00							
Basic👉						Basic👉							
Saki.N						未確定							
close						close							
						close							
						17:30 ~ 18:30							
						Waist👉							
						Saki.N							
						close							
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	close									
Stretch & Conditioning👉	Waist👉	Pre Basic	jump to burn										
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。