

pilatesK イオンモール津南店		【 01/01 ~ 01/08 】		スケジュール		2026/01/21 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	Waist		jump to burn	Basic		
		Akane.K	Akane.K		Kanami.O	Akane.K		
		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		
		jump to burn	Basic		Hip&Leg	Back&Arm		
		Kanami.O	Kanami.O		Akane.K	Yuka.N		
		13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		
		Waist	Stretch & Conditioning		Basic			
		Akane.K	Akane.K		Kanami.O			
		15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close			
		Basic	Back&Arm					
		Kanami.O	Kanami.O					
		close	close					
		17:30 ~ 18:30						
		Back&Arm						
		Kanami.O						
		close	close		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00
					Waist	Hip&Leg		Basic
					Nanako.K	Sachi		Akane.K
					19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30
					Body Balance	Basic		Waist
					Sachi	Kanami.O		Nanako.K
					21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00
					Basic	Pilates Workout		Hip&Leg
		Nanako.K	Sachi		Akane.K			

pilatesK イオンモール津南店			【 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	Waist	Hip&Leg		Basic	Body Balance		Pilates Cardio
Kanami.O	Nanako.K	Akane.K		Akane.K	Sachi		Sachi
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00
jump to burn	Basic	Waist		Back&Arm	Basic		Stretch&Conditioning
Kanami.O	Akane.K	Yukina.K		Kanami.O	Nanako.K		Nanako.K
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30
Body Balance	Stretch&Conditioning	Basic		Hip&Leg			Back&Arm
Sachi	Nanako.K	Akane.K		Akane.K			Sachi
close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close			close
	Hip&Leg	Waist					
	Akane.K	Nanako.K					
	close	close					
	17:30 ~ 18:30						
Waist							
Akane.K							
18:00 ~ 19:00	close	close		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
Waist				Stretch&Conditioning	Waist	Back&Arm	Basic
Nanako.K				Nanako.K	Nanako.K	Kanami.O	Kanami.O
19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
Pilates Cardio				Basic	Hip&Leg	Basic	Hip&Leg
Sachi				Kanami.O	Akane.K	Akane.K	Mai.N
21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
Basic				Waist	Basic	jump to burn	Back&Arm
Nanako.K				Nanako.K	Akane.K	Kanami.O	Kanami.O

・休館可能レッスン  
 ・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 イオンモール津南店		【 01/17 ~ 01/24 】 スケジュール						2026/01/21 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	Body Balance		Waist	Basic		Basic	Hip&Leg		
Nanako.K	Sachi		Nanako.K	Nanako.K		Nanako.K	Mai.N		
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	Hip&Leg		Hip&Leg	Basic		
Sachi	Nanako.K		Nanako.K	Akane.K		Akane.K	Nanako.K		
13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		
Waist	Pilates Cardio		Stretch&Conditioning	Waist		Waist	Body Balance		
Nanako.K	Sachi		Akane.K	Nanako.K		Nanako.K	Mai.N		
15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00		close	close	15:00 ~ 16:00	
Body Balance	Waist		Pilates Workout	Basic				Stretch&Conditioning	
Sachi	Nanako.K		Sachi	Akane.K				Nanako.K	
close	close	close	16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30			close	close	
			Basic	Waist					
17:30 ~ 18:30			Akane.K	Nanako.K					
Basic			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			17:30 ~ 18:30		
Nanako.K			Back&Arm	Release&Strength			Waist		
close			Sachi	Akane.K			Nanako.K		
			close	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close		
					Basic	Pilates Cardio			
					Mai.N	Sachi			
					19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
					jump to burn	Basic			
					Kanami.O	Akane.K			
					21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
					Hip&Leg	Body Balance			
					Mai.N	Sachi			

pilatesK イオンモール津南店		【 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								
Waist		Basic	Waist		Hip&Leg	Basic								
Nanako.K		Nanako.K	Risa.F		Sachi	Kanami.O								
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00								
Pilates Cardio		Hip&Leg	Body Balance		Back&Arm	Stretch&Conditioning								
Sachi		Akane.K	Sachi		Kanami.O	Sachi								
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30								
Basic		Waist			Body Balance	Back&Arm								
Nanako.K		Nanako.K			Sachi	Kanami.O								
16:30 ~ 17:30		close			close	close	15:00 ~ 16:00							
Back&Arm							Pilates Cardio							
Sachi							Sachi							
close							close	close	close	close				
										17:30 ~ 18:30				
										jump to burn				
										Kanami.O				
	close		close	close						close	18:00 ~ 19:00			
											Body Balance	Basic	Back&Arm	Waist
											Sachi	Akane.K	Sachi	Akane.K
		19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30					19:30 ~ 20:30			
		Basic			Pilates Cardio	Stretch&Conditioning					Basic			
		Akane.K			Sachi	Akane.K					Kanami.O			
21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00								
Back&Arm		Hip&Leg			Basic	Stretch&Conditioning								
Sachi	Akane.K	Sachi	Akane.K											

・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週間前迄にお申し立てが必要です。  
・レッスン開始時刻15分前までキャンセルは可能ですが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。