

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	
		Waist 🌱	Back & Arm 🌱						
		moe.K	Yuka.h						
		close	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							

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	close	close	
	Back & Arm 🏃	jump to burn						
	Yuka.h	Saki.N						
	close							
17:30 ~ 18:30								
Basic 🏃	close	close	17:30 ~ 18:30		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			Basic 🏃		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

2025/12/17 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		close	Back & Arm 🍌		Back & Arm 🍌	Stretch & Conditioning 🍌		
ayano.M	Yuka.h			Yuka.h		Yuka.h	Saki.N		
15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00		close	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	ayano.M					
17:30 ~ 18:30			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	moe.K							
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							
14:30 ~ 15:30		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							
16:30 ~ 17:30		close			close	15:00 ~ 16:00							
Basic👉						Basic👉							
Saki.N						ayano.M							
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。