

pilatesK イオンタウン有松		【 03/01 ~ 03/08 】				スケジュール		2026/01/21 更新			
03/01	03/02	03/03	03/04	03/05	03/06	03/07	03/08				
日	月	火	水	木	金	土	日				
close	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close				
		Waist	Basic		Stretch & Conditioning	Basic					
		Wakana.W	Chika.U		Chika.U	Chika.U					
		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00					
		Basic	Waist		Hip & Leg	Back & Arm					
		Chika.U	Wakana.W		Nazuna.A	Wakana.W					
		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30					
		Back & Arm			Basic	Hip & Leg					
		Wakana.W			Chika.U	Nazuna.A					
		close			close	15:00 ~ 16:00			15:00 ~ 16:00		
						Waist			Waist		
						Wakana.W			Wakana.W		
						close			close		
		17:30 ~ 18:30			17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30			17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30
		Waist			Basic	Hip & Leg			Back & Arm	close	
		minami.T			Nazuna.A	Nazuna.A			Wakana.W		
		19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00		19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00					
		Stretch & Conditioning	Back & Arm		Waist	Basic					
		Chika.U	Wakana.W		Wakana.W	Nazuna.A					
		20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30		20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30					
Basic	Hip & Leg	Basic	Waist								
minami.T	Nazuna.A	Nazuna.A	Wakana.W								

pilatesK イオンタウン有松		【 03/09 ~ 03/16 】		スケジュール				
03/09	03/10	03/11	03/12	03/13	03/14	03/15	03/16	
月	火	水	木	金	土	日	月	
close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	close	
	Back&Arm	Stretch&Conditioning		Waist	Basic			
	Wakana.W	Chika.U		Wakana.W	Nazuna.A			
	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00			
	Hip&Leg	Back&Arm		Basic	Waist			
	Nazuna.A	Wakana.W		Nazuna.A	Wakana.W			
	13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30			
	Waist			Back&Arm	Basic			
	Wakana.W			Wakana.W	Nazuna.A			
	close			close	close			15:00 ~ 16:00
								Back&Arm
								Wakana.W
								close
								17:30 ~ 18:30
								Hip&Leg
	Nazuna.A							
	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30			close
	Basic	Hip&Leg		Waist	Basic			
	YURIE.H	Nazuna.A		Wakana.W	Chika.U			
	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00		19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00			
	Back&Arm	Waist		Basic	Back&Arm			
Nazuna.A	Wakana.W	Nazuna.A	Nazuna.A					
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30					
Stretch&Conditioning	Basic	Back&Arm	Stretch&Conditioning					
YURIE.H	Nazuna.A	Wakana.W	Chika.U					

・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 イオンタウン有松		【 03/17 ~ 03/24 】		スケジュール		2026/01/21 更新				
03/17	03/18	03/19	03/20	03/21	03/22	03/23	03/24			
火	水	木	金	土	日	月	火			
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	close	10:30 ~ 11:30			
Basic	Waist		Basic	Waist			Stretch & Conditioning			
Nazuna.A	Wakana.W		Chika.U	Wakana.W			Chika.U			
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00			12:00 ~ 13:00			
Back & Arm	Stretch & Conditioning		Waist	Basic			Waist			
Wakana.W	Chika.U		Wakana.W	Chika.U			Chika.U			
13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30			
Hip & Leg			Stretch & Conditioning	Back & Arm			Basic			
Nazuna.A			Chika.U	Nazuna.A			Nazuna.A			
close			close	15:00 ~ 16:00			15:00 ~ 16:00	close		
				Back & Arm			Stretch & Conditioning			
				Wakana.W			Chika.U			
				close			close			
				17:30 ~ 18:30			17:30 ~ 18:30			
Stretch & Conditioning			Basic	Basic			close	close	close	17:30 ~ 18:30
Chika.U			Rise.H	Chika.U						Back & Arm
19:00 ~ 20:00			19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00						Wakana.W
Waist	Stretch & Conditioning	Waist	19:00 ~ 20:00							
Wakana.W	Chika.U	Wakana.W	Hip & Leg							
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	Nazuna.A							
Basic	Waist	Stretch & Conditioning	20:30 ~ 21:30							
Chika.U	Rise.H	Chika.U	Waist							
							Wakana.W			

pilatesK イオンタウン有松		【 03/25 ~ 03/31 】		スケジュール			
03/25	03/26	03/27	03/28	03/29	03/30	03/31	
水	木	金	土	日	月	火	
10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	close	10:30 ~ 11:30	
Back&Arm		Waist	Basic			Waist	
Wakana.W		Chika.U	Nazuna.A			Wakana.W	
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00			12:00 ~ 13:00	
Basic		Hip&Leg	Stretch&Conditioning			Stretch&Conditioning	
Chika.U		Nazuna.A	Chika.U			Chika.U	
close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30
		Basic	Hip&Leg			Back&Arm	
		Chika.U	Nazuna.A			Wakana.W	
		close	15:00 ~ 16:00			close	
	Basic						
	Chika.U						
	close						
	17:30 ~ 18:30						
	Back&Arm	Wakana.W					
	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	close	17:30 ~ 18:30		
Hip&Leg	Basic	Back&Arm	Waist				
Nazuna.A	Nazuna.A	Wakana.W	Nazuna.A				
19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00				
Waist	Back&Arm	Basic	Basic				
Wakana.W	Wakana.W	Nazuna.A	Chika.U				
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30				
Basic	Hip&Leg	Waist	Hip&Leg				
Nazuna.A	Nazuna.A	Wakana.W	Nazuna.A				

・体験可能レッスン
 ・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週間前迄にお願いたします。
 ・レッスン開始時刻1時間前迄のキャンセルは可能となります。
 ※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。