

pilatesK		イモータル津南店		【 02/01 ~ 02/08 】		スケジュール		2026/01/18 更新
02/01	02/02	02/03	02/04	02/05	02/06	02/07	02/08	
日	月	火	水	木	金	土	日	
10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
Pilates Cardio		Hip & Leg 🌿	Body Balance		jump to burn	Body Balance	Basic 🌿	
Sachi		Akane.K	Sachi		Kanami.O	Sachi	Haruka.K	
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	
Waist 🌿		Back & Arm 🌿	Basic 🌿		Waist 🌿	Basic 🌿	Stretch & Conditioning 🌿	
Akane.K		Kanami.O	Haruka.K		Akane.K	Kanami.O	Kanami.O	
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	
Basic 🌿		Release&Strength			Back & Arm 🌿	Pilates Workout	Back & Arm 🌿	
Sachi		Akane.K			Kanami.O	Sachi	Kanami.O	
16:30 ~ 17:30						15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	
Hip & Leg 🌿						Stretch & Conditioning 🌿	Basic 🌿	
Akane.K						Kanami.O	Haruka.K	
						17:30 ~ 18:30		
						Hip & Leg 🌿		
						Sachi		
		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			
		Basic 🌿	Back & Arm 🌿	Release&Strength	Basic 🌿			
		Haruka.K	Kanami.O	Akane.K	Haruka.K			
		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
		jump to burn	Waist 🌿	Basic 🌿	Hip & Leg 🌿			
		Kanami.O	Akane.K	Haruka.K	Akane.K			
		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
		Body Balance	Basic 🌿	Waist 🌿	Basic 🌿			
		Sachi	Kanami.O	Akane.K	Haruka.K			

pilatesK		イモータル津南店		【 02/09 ~ 02/16 】		スケジュール		
02/09	02/10	02/11	02/12	02/13	02/14	02/15	02/16	
月	火	水	木	金	土	日	月	
	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		
	Waist 🌿	Basic 🌿		Release&Strength	Back & Arm 🌿	Stretch & Conditioning 🌿		
	Sachi	Haruka.K		Akane.K	Sachi	Sachi		
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		
	Basic 🌿	Release&Strength		Pilates Cardio	Hip & Leg 🌿	Basic 🌿		
	Haruka.K	Akane.K		Sachi	Akane.K	Akane.K		
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	11:30 ~ 12:30	14:30 ~ 15:30		
	Pilates Workout	Basic 🌿		Hip & Leg 🌿	Pre Basic 🌿	Hip & Leg 🌿		
	Sachi	Haruka.K		Akane.K	Sachi	Akane.K		
		15:00 ~ 16:00			13:30 ~ 14:30	16:30 ~ 17:30		
		Hip & Leg 🌿			Release&Strength	Waist 🌿		
		Akane.K			Akane.K	Sachi		
		17:30 ~ 18:30			17:30 ~ 18:30			
		Stretch & Conditioning 🌿			Waist 🌿			
		Akane.K			Sachi			
	18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00				
	jump to burn		Waist 🌿	Basic 🌿				
	Kanami.O		Akane.K	Haruka.K				
	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				
	Pre Basic 🌿		Hip & Leg 🌿	Waist 🌿				
	Sachi		Haruka.K	Sachi				
	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				
	Back & Arm 🌿		Basic 🌿	Pre Basic 🌿				
	Kanami.O		Haruka.K	Sachi				

🌿：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 ｲﾝﾎﾞｰﾙ津南店

【 02/17 ～ 02/24 】 スケジュール

2026/01/18 更新

02/17	02/18	02/19	02/20	02/21	02/22	02/23	02/24
火	水	木	金	土	日	月	火
10:30 ～ 11:30	10:30 ～ 11:30		10:30 ～ 11:30	10:30 ～ 11:30	10:30 ～ 11:30		10:30 ～ 11:30
Hip & Leg 🍃	Waist 🍃		Basic 🍃	Pre Basic 🍃	Basic 🍃		Pre Basic 🍃
Akane.K	Akane.K		Haruka.K	Sachi	Haruka.K		Sachi
12:00 ～ 13:00	12:30 ～ 13:30		12:00 ～ 13:00	12:00 ～ 13:00	12:30 ～ 13:30		12:00 ～ 13:00
Pilates Workout	Basic 🍃		jump to burn	Back & Arm 🍃	Release&Strength		Body Balance
Sachi	Haruka.K		Kanami.O	Kanami.O	Akane.K		Sachi
13:30 ～ 14:30			13:30 ～ 14:30	13:30 ～ 14:30	14:30 ～ 15:30		13:30 ～ 14:30
Waist 🍃			Basic 🍃	Waist 🍃	Basic 🍃		Basic 🍃
Akane.K			Haruka.K	Sachi	Haruka.K		Haruka.K
				15:00 ～ 16:00	16:30 ～ 17:30		
				Stretch & Conditioning 🍃	Hip & Leg 🍃		
				Kanami.O	Akane.K		
				17:30 ～ 18:30			
				Body Balance			
				Sachi			
18:00 ～ 19:00	18:00 ～ 19:00	18:00 ～ 19:00	18:00 ～ 19:00				18:00 ～ 19:00
Basic 🍃	Back & Arm 🍃	Hip & Leg 🍃	Waist 🍃				jump to burn
Haruka.K	Sachi	Akane.K	Akane.K				Kanami.O
19:30 ～ 20:30	19:30 ～ 20:30	19:30 ～ 20:30	19:30 ～ 20:30				19:30 ～ 20:30
Body Balance	Pilates Cardio	Basic 🍃	Back & Arm 🍃				Pilates Workout
Sachi	Sachi	Kanami.O	Kanami.O				Sachi
21:00 ～ 22:00	21:00 ～ 22:00	21:00 ～ 22:00	21:00 ～ 22:00				21:00 ～ 22:00
Basic 🍃	Release&Strength	jump to burn	Hip & Leg 🍃				Back & Arm 🍃
Haruka.K	Akane.K	Kanami.O	Akane.K				Kanami.O

pilatesK ｲﾝﾎﾞｰﾙ津南店

【 02/25 ～ 02/28 】 スケジュール

02/25	02/26	02/27	02/28
水	木	金	土
10:30 ～ 11:30		10:30 ～ 11:30	10:30 ～ 11:30
Basic 🍃		Pilates Cardio	Back & Arm 🍃
Haruka.K		Sachi	Sachi
12:30 ～ 13:30		12:00 ～ 13:00	12:00 ～ 13:00
Hip & Leg 🍃		Basic 🍃	Hip & Leg 🍃
Akane.K		Haruka.K	Akane.K
		13:30 ～ 14:30	13:30 ～ 14:30
		Body Balance	Pre Basic 🍃
		Sachi	Sachi
			15:00 ～ 16:00
			Waist 🍃
			Akane.K
			17:30 ～ 18:30
			Release&Strength
			Akane.K
18:00 ～ 19:00	18:00 ～ 19:00	18:00 ～ 19:00	
Stretch & Conditioning 🍃	Basic 🍃	Hip & Leg 🍃	
Kanami.O	Kanami.O	Akane.K	
19:30 ～ 20:30	19:30 ～ 20:30	19:30 ～ 20:30	
Basic 🍃	Back & Arm 🍃	Waist 🍃	
Kanami.O	Kanami.O	Akane.K	
21:00 ～ 22:00	21:00 ～ 22:00	21:00 ～ 22:00	
Pilates Cardio	Stretch & Conditioning 🍃	Basic 🍃	
Sachi	Haruka.K	Haruka.K	

🍃 : 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。