

pilatesK		イオンタウン松阪船江		【 03/01 ~ 03/08 】				スケジュール		2026/02/14 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			
10:30 ~ 11:30		close		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		close		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30			
Waist 🏋️				Basic 🏋️		Waist 🏋️				Back & Arm 🏋️		Body Balance		Hip & Leg 🏋️			
未確定				Honoka.T		未確定				Yuka.N		Honoka.T		Mio.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			
Basic 🏋️				Waist 🏋️		Basic 🏋️				Basic 🏋️		Shape up waist		Back & Arm 🏋️			
Honoka.T				未確定		Yuka.N				Yuka.N		Honoka.T		Honoka.T			
14:30 ~ 15:30				13:30 ~ 14:30		close				13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30		14:30 ~ 15:30			
Shape up waist				Body Balance						Waist 🏋️		Stretch & Conditioning 🏋️		Pilates Barre			
Honoka.T				Honoka.T						未確定		Akane.K		Honoka.T			
16:30 ~ 17:30				close						close		15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30			
Waist 🏋️		Basic 🏋️						Basic 🏋️									
未確定		Akane.K						Mio.K									
close		close						close				close					
								17:30 ~ 18:30									
								Hip & Leg 🏋️									
								Akane.K									
						18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00						18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	
						Waist 🏋️		jump to burn						Basic 🏋️		Shape up waist	
						未確定		Yuka.N						Kanami.O		Honoka.T	
				19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30							
				Back & Arm 🏋️		Basic 🏋️		Pilates Barre		Body Balance							
				Yuka.N		Akane.K		Honoka.T		Honoka.T							
21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00											
Basic 🏋️		Hip & Leg 🏋️		Stretch & Conditioning 🏋️		Hip & Leg 🏋️											
Yuka.N		Akane.K		Kanami.O		Kanami.O											

pilatesK イオンタウン松阪船江		【 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	10:30 ~ 11:30	close
	Back & Arm 🏊	Basic 🏊		Body Balance	Basic 🏊	Back & Arm 🏊	
	Yuka.N	Yuka.N		Honoka.T	Yuka.N	Yuka.N	
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	
	jump to burn	Waist 🏊		Pilates Barre	jump to burn	Stretch & Conditioning 🏊	
	Yuka.N	Shuri.M		Honoka.T	Yuka.N	Kanami.O	
	13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	
	Waist 🏊			Basic 🏊	Hip & Leg 🏊	Basic 🏊	
	Shuri.M			Kanami.O	Akane.K	Yuka.N	
	close			close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	
					Stretch & Conditioning 🏊	Hip & Leg 🏊	
					Akane.K	Kanami.O	
					close	close	
					17:30 ~ 18:30		
					Waist 🏊		
					Rio.s		
	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			
	Hip & Leg 🏊	Body Balance	jump to burn	Waist 🏊			
	Honoka.T	Honoka.T	Yuka.N	Shuri.M			
	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
	Basic 🏊	Waist 🏊	Basic 🏊	Back & Arm 🏊			
	Honoka.T	Rio.s	Yuka.N	Yuka.N			
	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
	Waist 🏊	Pilates Barre	Waist 🏊	Basic 🏊			
	Rio.s	Honoka.T	Rio.s	Yuka.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 イオン松阪船江

【 03/17 ~ 03/24 】 スケジュール

2026/02/14 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	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	
Hip & Leg 🌿	jump to burn		Back & Arm 🌿	Hip & Leg 🌿	Pilates Barre		Basic 🌿	
Honoka.T	Yuka.N		Yuka.N	Honoka.T	Honoka.T		Yuka.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	
Back & Arm 🌿	Body Balance		Basic 🌿	Back & Arm 🌿	Basic 🌿		jump to burn	
Sachi	Mei		Yuka.N	Yuka.N	未確定		Yuka.N	
13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	
Pilates Barre			Stretch & Conditioning 🌿	Waist 🌿	Hip & Leg 🌿		Waist 🌿	
Honoka.T			Sachi	Rio.s	Honoka.T		Rio.s	
close			close	close	15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:00	close
					Basic 🌿		Waist 🌿	
					Yuka.N		Shuri.M	
					close		close	
					17:30 ~ 18:30			
					Shape up waist			
Honoka.T			close					
18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
Basic 🌿				Pilates Barre	Hip & Leg 🌿		Waist 🌿	Basic 🌿
Yuka.N				Mei	Honoka.T		Rio.s	Honoka.T
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
Waist 🌿	Hip & Leg 🌿	Body Balance		Pilates Barre	Shape up waist			
Shuri.M	Mei	Honoka.T	Honoka.T	Honoka.T				
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	close	21:00 ~ 22:00			
jump to burn	Back & Arm 🌿	Basic 🌿	Shape up waist		Waist 🌿			
Yuka.N	Yuka.N	Yuka.N	Honoka.T		Shuri.M			

pilatesK イオン松阪船江

【 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	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30		
Hip&Leg 🌱		Basic 🌱	Waist 🌱	Basic 🌱		Stretch & Conditioning		
Honoka.T		Sachi	Shuri.M	Yuka.N		MAI.I		
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00		
Waist 🌱		Waist 🌱	Basic 🌱	Waist 🌱		Basic 🌱		
Rio.s		Shuri.M	Yuka.N	Shuri.M		MAI.I		
close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30		
		Back&Arm 🌱	Back&Arm 🌱	jump to burn		Back&Arm 🌱		
		Sachi	Yuka.N	Yuka.N		Yuka.N		
		close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:00		close		
			Waist 🌱	Waist 🌱				
			Rio.s	Shuri.M				
			close					
			17:30 ~ 18:30					
			Basic 🌱					
		Yuka.N						
		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		close	close	18:00 ~ 19:00
		Waist 🌱	Pilates Barre	Shape up waist				Body Balance
Shuri.M	Honoka.T	Honoka.T	Honoka.T					
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30					
Back&Arm 🌱	Waist 🌱	Basic 🌱	Hip&Leg 🌱					
Yuka.N	Rio.s	Honoka.T	Honoka.T					
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00					
jump to burn	Body Balance	Waist 🌱			jump to burn			
Yuka.N	Honoka.T	Rio.s			Yuka.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。