

【 03/01 ~ 03/08 】 スケジュール							
				2026/02/12 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		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Pre Basic		Back & Arm	Basic		jump to burn	Basic	Hip & Leg
Kyoka.M		Noa.M	Yuu.O		haruka.T	Yuu.O	Noa.M
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30
Back & Arm		Basic	Body Balance		Back & Arm	Waist	Basic
haruka.T		Yuu.O	Noa.M		Noa.M	Kyoka.M	Yuu.O
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30
jump to burn		Hip & Leg			Waist	Basic	Body Balance
Kyoka.M		Noa.M			haruka.T	Yuu.O	Noa.M
16:30 ~ 17:30					15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	
Stretch & Conditioning					Stretch & Conditioning	Basic	
haruka.T					Kyoka.M		Yuu.O
close	close	close	close	close	close	close	close
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
Waist	Back & Arm	Basic	Hip & Leg				
haruka.T	Noa.M	Noa.M	Kyoka.M				
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
Pre Basic	jump to burn	Back & Arm	Basic				
Kyoka.M	haruka.T	haruka.T	Yuu.O				
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
Stretch & Conditioning	Hip & Leg	Body Balance	Back & Arm				
haruka.T	Noa.M	Noa.M	Kyoka.M				

【 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
	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30			10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
	Basic	jump to burn			Stretch & Conditioning	Back & Arm	Basic
	Yuu.O	haruka.T			Kyoka.M	haruka.T	Yuu.O
	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30			12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30
	Hip & Leg	Basic			Waist	Basic	Hip & Leg
	Noa.M	Yuu.O			haruka.T	Yuu.O	Noa.M
	13:30 ~ 14:30				13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30
	Back & Arm				Hip & Leg	Waist	Basic
	Noa.M				Kyoka.M	haruka.T	Yuu.O
close	close	close	close	close	close	close	close
	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
	Basic	Hip & Leg	Hip & Leg	Back & Arm			
	Yuu.O	Noa.M	Noa.M	Noa.M			
	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
	Stretch & Conditioning	Pre Basic	Waist	Basic			
	haruka.T	Kyoka.M	haruka.T	Yuu.O			
	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
	Waist	Body Balance	Basic	Hip & Leg			
	haruka.T	Noa.M	Noa.M	Noa.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。

## pilatesK MEGAドン・キホーテUNY福井

【 03/17 ~ 03/24 】 スケジュール

2026/02/12 更新

03/17	03/18	03/19	03/20	03/21	03/22	03/23	03/24
火 10:30 ~ 11:30 Waist haruka.T 12:00 ~ 13:00 Basic Noa.M 13:30 ~ 14:30 jump to burn haruka.T close	水 Pre Basic Kyoka.M Hip & Leg Noa.M 12:30 ~ 13:30 Basic Noa.M close	木 金 Kyoka.M 12:00 ~ 13:00 Basic Yuu.O 13:30 ~ 14:30 Back & Arm Kyoka.M close	土 Basic Yuu.O 12:00 ~ 13:00 Basic haruka.T 13:30 ~ 14:30 Basic Yuu.O 15:00 ~ 16:00 Stretch & Conditioning haruka.T close	日 jump to burn Kyoka.M 14:30 ~ 15:30 Back & Arm Kyoka.M 16:30 ~ 17:30 Basic Yuu.O close	月 Kyoka.M 13:30 ~ 14:30 Back & Arm Kyoka.M 14:30 ~ 15:30 Kyoka.M 15:00 ~ 16:00 Stretch & Conditioning haruka.T close	火 Hip & Leg Noa.M 13:30 ~ 14:30 Back & Arm Kyoka.M 14:30 ~ 15:30 Body Balance Noa.M close	2026/02/12 ~ 11:30 Hip & Leg Noa.M 13:30 ~ 14:30 Back & Arm Kyoka.M 14:30 ~ 15:30 Body Balance Noa.M close
18:00 ~ 19:00 Stretch & Conditioning Kyoka.M 19:30 ~ 20:30 Back & Arm haruka.T 21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Kyoka.M	18:00 ~ 19:00 Back & Arm Noa.M 19:30 ~ 20:30 Waist Kyoka.M 21:00 ~ 22:00 Basic Noa.M	18:00 ~ 19:00 Basic Yuu.O 19:30 ~ 20:30 jump to burn Kyoka.M 21:00 ~ 22:00 Back & Arm Noa.M	18:00 ~ 19:00 Basic Yuu.O 19:30 ~ 20:30 Body Balance Kyoka.M 21:00 ~ 22:00 Basic Yuu.O	18:00 ~ 19:00 Basic Kyoka.M 19:30 ~ 20:30 Waist haruka.T 21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning Kyoka.M	18:00 ~ 19:00 Basic Kyoka.M 19:30 ~ 20:30 Basic haruka.T 21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning Kyoka.M	18:00 ~ 19:00 Basic Kyoka.M 19:30 ~ 20:30 Basic haruka.T 21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning Kyoka.M	18:00 ~ 19:00 Basic Kyoka.M 19:30 ~ 20:30 Basic haruka.T 21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning Kyoka.M

## pilatesK MEGAドン・キホーテUNY福井

【 03/25 ~ 03/31 】 スケジュール

スケジュール

03/25	03/26	03/27	03/28	03/29	03/30	03/31
水 10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning Kyoka.M 12:30 ~ 13:30 Waist haruka.T close	木 10:30 ~ 11:30 Back & Arm Noa.M 12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning haruka.T 13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Noa.M close	金 10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Kyoka.M 12:00 ~ 13:00 Basic Yuu.O 13:30 ~ 14:30 jump to burn Kyoka.M 15:00 ~ 16:00 Waist Kyoka.M close	土 Back & Arm haruka.T 12:00 ~ 13:00 Basic Yuu.O 13:30 ~ 14:30 Body Balance Noa.M 14:30 ~ 15:30 Basic Yuu.O 16:30 ~ 17:30 Basic Noa.M close	日 Back & Arm haruka.T 12:30 ~ 13:30 Body Balance Noa.M 14:30 ~ 15:30 Basic Yuu.O 16:30 ~ 17:30 Basic Noa.M close	月 10:30 ~ 11:30 Basic Yuu.O 12:00 ~ 13:00 Waist haruka.T 12:30 ~ 13:30 Basic Yuu.O 14:30 ~ 15:30 Basic Yuu.O 16:30 ~ 17:30 Basic Yuu.O close	火 10:30 ~ 11:30 Basic Yuu.O 12:00 ~ 13:00 Basic Yuu.O 13:30 ~ 14:30 Basic Yuu.O 14:30 ~ 15:30 Basic Yuu.O 15:00 ~ 16:00 Basic Yuu.O 16:30 ~ 17:30 Basic Yuu.O 18:00 ~ 19:00 Back & Arm Noa.M 19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Kyoka.M 21:00 ~ 22:00 Body Balance Noa.M
18:00 ~ 19:00 Body Balance Noa.M 19:30 ~ 20:30 Basic Yuu.O 21:00 ~ 22:00 Back & Arm Noa.M	18:00 ~ 19:00 Back & Arm haruka.T 19:30 ~ 20:30 Stretch & Conditioning haruka.T 21:00 ~ 22:00 Basic Yuu.O	18:00 ~ 19:00 Basic Yuu.O 19:30 ~ 20:30 jump to burn haruka.T 21:00 ~ 22:00 Basic Yuu.O	18:00 ~ 19:00 Basic Yuu.O 19:30 ~ 20:30 Body Balance haruka.T 21:00 ~ 22:00 Basic Yuu.O	18:00 ~ 19:00 Basic Yuu.O 19:30 ~ 20:30 Basic Yuu.O 21:00 ~ 22:00 Body Balance Noa.M	18:00 ~ 19:00 Basic Yuu.O 19:30 ~ 20:30 Basic Yuu.O 21:00 ~ 22:00 Body Balance Noa.M	18:00 ~ 19:00 Basic Yuu.O 19:30 ~ 20:30 Basic Yuu.O 21:00 ~ 22:00 Body Balance Noa.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。