pilatesK　ｲｵﾝﾀｳﾝ松阪船江

【 04/01 ～ 04/08 】 スケジュール

2026/03/15 更新

04/01	04/02	04/03	04/04	04/05	04/06	04/07	04/08
水	木	金	土	日	月	火	水
10:30 ～ 11:30 Back＆Arm Sachi	close	10:30 ～ 11:30 Basic Yuka.N	10:30 ～ 11:30 Shape up waist Honoka.T	10:30 ～ 11:30 jump to burn Yuka.N	close	10:30 ～ 11:30 Waist Rio.s	10:30 ～ 11:30 Basic Yuka.N
12:30 ～ 13:30 Pre Basic Sachi		12:00 ～ 13:00 Body Balance Yuka.N	12:00 ～ 13:00 Waist Rio.s	12:30 ～ 13:30 Pre Basic Sachi		12:00 ～ 13:00 jump to burn Yuka.N	12:30 ～ 13:30 Back＆Arm Yuka.N
close		13:30 ～ 14:30 Waist Shuri.M	13:30 ～ 14:30 Pre Basic Honoka.T	14:30 ～ 15:30 Back＆Arm Yuka.N		13:30 ～ 14:30 Basic Yuka.N	close
		close	15:00 ～ 16:00 Pilates Barre Honoka.T	16:00 ～ 17:00 Stretch＆Conditioning Sachi		close	
			close	close			
			17:30 ～ 18:30 Waist Rio.s				
18:00 ～ 19:00 jump to burn Yuka.N	18:00 ～ 19:00 Waist Rio.s	18:00 ～ 19:00 Pre Basic Sachi	close	close		18:00 ～ 19:00 Pilates Barre Honoka.T	18:00 ～ 19:00 Waist Rio.s
19:30 ～ 20:30 Waist Rio.s	19:30 ～ 20:30 Basic Yuka.N	19:30 ～ 20:30 Waist Rio.s				19:30 ～ 20:30 Body Balance Honoka.T	19:30 ～ 20:30 Pre Basic Sachi
21:00 ～ 22:00 Basic Yuka.N	21:00 ～ 22:00 Back＆Arm Yuka.N	21:00 ～ 22:00 Hip＆Leg Sachi				21:00 ～ 22:00 Waist Shuri.M	21:00 ～ 22:00 Hip＆Leg Sachi

pilatesK　ｲｵﾝﾀｳﾝ松阪船江

【 04/09 ～ 04/16 】 スケジュール

04/09	04/10	04/11	04/12	04/13	04/14	04/15	04/16
木	金	土	日	月	火	水	木
	10:30 ～ 11:30 Pilates Barre Honoka.T	10:30 ～ 11:30 Waist Rio.s	10:30 ～ 11:30 Stretch＆Conditioning Sachi		10:30 ～ 11:30 Basic 未確定	10:30 ～ 11:30 Hip＆Leg 未確定	
	12:00 ～ 13:00 Waist Rio.s	12:00 ～ 13:00 Basic Yuka.N	12:30 ～ 13:30 Waist Rio.s		12:00 ～ 13:00 Waist Shuri.M	12:00 ～ 13:00 Basic 未確定	
	13:30 ～ 14:30 Hip＆Leg Honoka.T	13:30 ～ 14:30 Waist Rio.s	14:30 ～ 15:30 Basic Sachi		13:30 ～ 14:30 Basic Rio. s	13:30 ～ 14:30 Back＆Arm Honoka.T	
close		15:00 ～ 16:00 Body Balance Yuka.N	16:00 ～ 17:00 Waist Rio.s		15:00 ～ 16:00 Hip＆Leg 未確定	15:00 ～ 16:00 Waist Rio.s	close
	close	close		close	close	close	
		17:30 ～ 18:30 Back＆Arm Yuka.N			17:30 ～ 18:30 Waist Shuri.M	17:30 ～ 18:30 Pilates Barre Honoka.T	
18:00 ～ 19:00 Basic Yuka.N	18:00 ～ 19:00 Shape up waist Sachi		close				18:00 ～ 19:00 Pre Basic Sachi
19:30 ～ 20:30 Waist Shuri.M	19:30 ～ 20:30 Stretch＆Conditioning Sachi	close			close	close	19:30 ～ 20:30 Back＆Arm Sachi
21:00 ～ 22:00 Body Balance Yuka.N	21:00 ～ 22:00 Waist Shuri.M						21:00 ～ 22:00 Waist 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　ｲｵﾝﾀｳﾝ松阪船江

【　04/17　～　04/24　】　スケジュール

2026/03/15　更新

04/17	04/18	04/19	04/20	04/21	04/22	04/23	04/24
金	土	日	月	火	水	木	金
10:30 ～ 11:30 Waist Shuri.M	10:30 ～ 11:30 Hip＆Leg Kanami.O	10:30 ～ 11:30 Waist Shuri.M	close	10:30 ～ 11:30 Waist Rio.s	10:30 ～ 11:30 jump to burn Yuka.N	close	10:30 ～ 11:30 Basic Rio.s
12:00 ～ 13:00 Basic Yuka.N	12:00 ～ 13:00 Waist Rio.s	12:30 ～ 13:30 Basic Rio.s		12:00 ～ 13:00 Pilates Barre Honoka.T	12:30 ～ 13:30 Hip＆Leg Shuri.M		12:00 ～ 13:00 Waist Rio.s
13:30 ～ 14:30 Back＆Arm Yuka.N	13:30 ～ 14:30 Basic Rio.s	14:30 ～ 15:30 Hip＆Leg Shuri.M		13:30 ～ 14:30 Basic Rio.s	close		13:30 ～ 14:30 Body Balance Yuka.N
close	15:00 ～ 16:00 jump to burn Kanami.O	16:00 ～ 17:00 Basic Rio.s		close			close
	close	close					
	17:30 ～ 18:30 Stretch＆Conditioning Kanami.O						
18:00 ～ 19:00 Waist Rio.s	close			18:00 ～ 19:00 Hip＆Leg Shuri.M	18:00 ～ 19:00 Basic Rio.s	18:00 ～ 19:00 Back＆Arm Yuka.N	18:00 ～ 19:00 jump to burn Yuka.N
19:30 ～ 20:30 Hip＆Leg Shuri.M				19:30 ～ 20:30 jump to burn Yuka.N	19:30 ～ 20:30 Shape up waist Sachi	19:30 ～ 20:30 Body Balance Yuka.N	19:30 ～ 20:30 Back＆Arm Yuka.N
21:00 ～ 22:00 Basic Rio.s				21:00 ～ 22:00 Back＆Arm Yuka.N	21:00 ～ 22:00 Stretch＆Conditioning Sachi	21:00 ～ 22:00 Basic Rio.s	21:00 ～ 22:00 Hip＆Leg Shuri.M

pilatesK　ｲｵﾝﾀｳﾝ松阪船江

【　04/25　～　04/30　】　スケジュール

04/25	04/26	04/27	04/28	04/29	04/30
土	日	月	火	水	木
10:30 ～ 11:30 Back＆Arm Sachi	10:30 ～ 11:30 Pilates Barre Honoka.T	close	10:30 ～ 11:30 Hip＆Leg Shuri.M	10:30 ～ 11:30 Waist Shuri.M	close
12:00 ～ 13:00 Hip＆Leg Shuri.M	12:30 ～ 13:30 Waist Rio.s		12:00 ～ 13:00 Shape up waist Sachi	12:00 ～ 13:00 Basic Yuka.N	
13:30 ～ 14:30 Pre Basic Sachi	14:30 ～ 15:30 Basic Rio.s		13:30 ～ 14:30 Waist Shuri.M	13:30 ～ 14:30 Hip＆Leg Shuri.M	
15:00 ～ 16:00 Waist Shuri.M	16:00 ～ 17:00 Shape up waist Honoka.T		close	15:00 ～ 16:00 Back＆Arm Yuka.N	
close	close			close	
17:30 ～ 18:30 Shape up waist Sachi				17:30 ～ 18:30 jump to burn Yuka.N	
close			18:00 ～ 19:00 Body Balance Yuka.N	close	18:00 ～ 19:00 Shape up waist Sachi
			19:30 ～ 20:30 Pre Basic Sachi		19:30 ～ 20:30 Hip＆Leg Shuri.M
			21:00 ～ 22:00 jump to burn Yuka.N		21:00 ～ 22:00 Body Balance 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。