

pilatesK イオン新利府店

【 05/01 ~ 05/08 】 スケジュール

2026/05/14 更新

05/01	05/02	05/03	05/04	05/05	05/06	05/07	05/08		
金	土	日	月	火	水	木	金		
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30		
Back & Arm	Hip & Leg	Waist	jump to burn	Waist	Back & Arm		Pre Basic		
Shiori.H	Kokoru.y	mizuki.o	Kokoru.y	Momoka.C	Shiori.H		Kanna.A		
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00		
Hip & Leg	Waist	Basic	Pre Basic	jump to burn	Hip & Leg		jump to burn		
Momoka.C	mizuki.o	Kokoru.y	Kanna.A	Kokoru.y	Yuuna		Kokoru.y		
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30		
Back & Arm	jump to burn	Waist	Hip & Leg	Basic	jump to burn		Release&Strength		
Shiori.H	Kokoru.y	mizuki.o	Kokoru.y	Kokoru.y	Kokoru.y		Momoka.C		
close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00		close	close	
	Back & Arm	jump to burn	Body Balance	Hip & Leg	Pilates Barre				
	Shiori.H	Kokoru.y	Kanna.A	Momoka.C	Yuuna				
close	close	close	close	close					
17:30 ~ 18:30	close	close	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30				
Basic			Waist	Back & Arm	Release&Strength				
mizuki.o			mizuki.o	Shiori.H	Momoka.C				
17:30 ~ 18:30	close	close	close	close	close	17:30 ~ 18:30			17:30 ~ 18:30
Body Balance						Release&Strength			Waist
Kanna.A						Momoka.C			mizuki.o
19:00 ~ 20:00						19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00		
Release&Strength	close	close	close	close	close	Basic	Back & Arm		
Momoka.C	close	close	close	close	close	mizuki.o	Shiori.H		
20:30 ~ 21:30						20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30		
Pre Basic						Back & Arm	Basic		
Kanna.A	close	close	close	close	close	Shiori.H	mizuki.o		

pilatesK イオン新利府店

【 05/09 ~ 05/16 】 スケジュール

05/09	05/10	05/11	05/12	05/13	05/14	05/15	05/16									
土	日	月	火	水	木	金	土									
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	close	close									
jump to burn	Basic		Back & Arm	Basic												
Kokoru.y	Kokoru.y		Shiori.H	mizuki.o												
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		Basic	Back & Arm												
Release&Strength	Back & Arm		mizuki.o	Shiori.H												
Momoka.C	Shiori.H		close	close												
13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30							13:30 ~ 14:30	close							
Stretch & Conditioning	jump to burn							Back & Arm								
Kanna.A	Kokoru.y		Shiori.H													
15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close	close				close	close	close	close					
Waist	Back & Arm															
Momoka.C	Shiori.H															
close	close	close			close											
17:30 ~ 18:30						Pre Basic	17:30 ~ 18:30					17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30			
Kanna.A						Momoka.C	Shiori.H					Momoka.C				
close	close	close			close	close	close					close	close			
														19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00
														Waist	Release&Strength	Back & Arm
														mizuki.o	Momoka.C	Shiori.H
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30														
Release&Strength	Hip & Leg	Waist														
Momoka.C	Momoka.C	Momoka.C														

🟢 : 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。

