

pilatesK イオンタウン稲毛長沼 【 06/01 ~ 06/08 】 スケジュール

2026/06/26 更新

06/01	06/02	06/03	06/04	06/05	06/06	06/07	06/08
月	火	水	木	金	土	日	月
close	10:30 ~ 11:30 Basic mai.h	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Kayoko.T	close	10:30 ~ 11:30 Waist Kurumi.U	10:30 ~ 11:30 Basic Kayoko.T	close	close
	12:30 ~ 13:30 Back & Arm Kayoko.T	12:30 ~ 13:30 Basic mai.h		12:30 ~ 13:30 Basic Noa.T	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg mai.h		
	18:00 ~ 19:00 Waist Kurumi.U	18:00 ~ 19:00 Basic Noa.T		18:00 ~ 19:00 Hip & Leg mai.h	18:00 ~ 19:00 Back & Arm Kayoko.T		
	20:30 ~ 21:30 Basic mai.h	20:30 ~ 21:30 Waist Kurumi.U		20:30 ~ 21:30 Basic Noa.T	20:30 ~ 21:30 Hip & Leg mai.h		
	14:30 ~ 15:30 Waist aiko.k	16:30 ~ 17:30 Basic Kurumi.U					

pilatesK イオンタウン稲毛長沼 【 06/09 ~ 06/16 】 スケジュール

06/09	06/10	06/11	06/12	06/13	06/14	06/15	06/16
火	水	木	金	土	日	月	火
10:30 ~ 11:30 Waist Kurumi.U	10:30 ~ 11:30 Basic Noa.T	close	10:30 ~ 11:30 Basic Kurumi.U	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg mai.h	close	close	10:30 ~ 11:30 Basic Noa.T
12:30 ~ 13:30 Basic mai.h	12:30 ~ 13:30 Waist Kurumi.U		12:30 ~ 13:30 Back & Arm mai.h	12:30 ~ 13:30 Basic Noa.T			12:30 ~ 13:30 Hip & Leg mai.h
18:00 ~ 19:00 Basic Noa.T	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg mai.h		18:00 ~ 19:00 Basic Kayoko.T	18:00 ~ 19:00 Waist Kurumi.U			18:00 ~ 19:00 Back & Arm Kayoko.T
20:30 ~ 21:30 Hip & Leg Kayoko.T	20:30 ~ 21:30 Back & Arm Kayoko.T		20:30 ~ 21:30 Waist Kurumi.U	20:30 ~ 21:30 Basic Noa.T			20:30 ~ 21:30 Basic Kurumi.U
14:30 ~ 15:30 Back & Arm mai.h	16:30 ~ 17:30 Basic Noa.T						

🟢：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。

06/17	06/18	06/19	06/20	06/21	06/22	06/23	06/24			
水	木	金	土	日	月	火	水			
10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30			
Waist		Waist	Basic			Hip & Leg	Basic			
Kurumi.U		Kayoko.T	Noa.T			Kayoko.T	Noa.T			
12:30 ~ 13:30		12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30			12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30		
Back & Arm		Basic	Hip & Leg			Basic	Waist			
mai.h		Noa.T	Kayoko.T			Noa.T	Kayoko.T			
close		close	close			14:30 ~ 15:30	close	close	close	close
						Basic				
						Noa.T				
						16:30 ~ 17:30				
Waist	Kayoko.T									
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00				
Basic	Back & Arm	Basic			Waist	Hip & Leg				
Noa.T	mai.h	Kurumi.U			Kayoko.T	mai.h				
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30			20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30				
Hip & Leg	Basic	Hip & Leg			Back & Arm	Basic				
Kayoko.T	Noa.T	mai.h			mai.h	Noa.T				

06/25	06/26	06/27	06/28	06/29	06/30			
木	金	土	日	月	火			
close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	close	10:30 ~ 11:30			
	Back & Arm	Basic			Basic			
	Kayoko.T	Noa.T			Noa.T			
	12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30			12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30		
	Hip & Leg	Back & Arm			Hip & Leg			
	mai.h	mai.h			Kayoko.T			
	close	close			close	14:30 ~ 15:30	close	close
						Hip & Leg		
						mai.h		
						16:30 ~ 17:30		
Basic	Noa.T							
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00				
Basic	Waist			Basic				
Noa.T	Kurumi.U			Kurumi.U				
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30			20:30 ~ 21:30				
Back & Arm	Basic			Waist				
Kayoko.T	Noa.T			Kurumi.U				

👉 : 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。