

pilatesK イオンタウン松阪船江		【 08/01 ~ 08/08 】 スケジュール						2026/07/14 更新								
08/01	08/02	08/03	08/04	08/05	08/06	08/07	08/08									
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	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30									
Waist	Back&Arm		Waist	Back&Arm		Body Balance	Back&Arm									
Anna.s	Anna.s		Shuri.M	Anna.s		Yuka.N	Anna.s									
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00									
jump to burn	Basic		Basic	jump to burn		Waist	Pre Basic									
Yuka.N	kotone.s		kotone.s	Yuka.N		Shuri.M	Shuri.M									
13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30									
Beauty Conditioning	jump to burn		Hip&Leg			Pre Basic	Waist									
Shuri.M	Yuka.N		kotone.s			Shuri.M	Anna.s									
15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close			close	close	15:00 ~ 16:00								
Basic	Waist							Hip&Leg								
Yuka.N	Anna.s							kotone.s								
close	close							close	close	close	close					
											17:30 ~ 18:30					
											Back&Arm	Beauty Conditioning				
Anna.s											Shuri.M					
close				close							close	close	close	close		
		18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00										18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
		Pre Basic			Hip&Leg										Body Balance	Basic
		Shuri.M	Shuri.M		Yuka.N	kotone.s										
		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30										
		Back&Arm	Basic		Pre Basic	Back&Arm										
		Anna.s	kotone.s		Shuri.M	Anna.s										
		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00										
		Hip&Leg	Beauty Conditioning		Shape up waist	Hip&Leg										
		Shuri.M	Shuri.M		Yuka.N	kotone.s										

pilatesK イオンタウン松阪船江		【 08/09 ~ 08/16 】 スケジュール							
08/09	08/10	08/11	08/12	08/13	08/14	08/15	08/16		
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		
Basic		Hip&Leg	Beauty Conditioning		Waist	Basic	Waist		
Mizuho.T		Shuri.M	Shuri.M		Anna.s	kotone.s	Shuri.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		
Waist		Waist	Back&Arm		Hip&Leg	Beauty Conditioning	Hip&Leg		
Anna.s		Anna.s	Anna.s		Shuri.M	Shuri.M	kotone.s		
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		
Hip&Leg		jump to burn			Basic	Back&Arm	Shape up waist		
Mizuho.T		Yuka.N			kotone.s	Anna.s	Yuka.N		
16:30 ~ 17:30		15:00 ~ 16:00			close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		
Back&Arm		Basic				jump to burn	Basic		
Anna.s		kotone.s				Yuka.N	kotone.s		
close		close				close	close		
		17:30 ~ 18:30				17:30 ~ 18:30			
		Back&Arm				Hip&Leg			
		Anna.s				Shuri.M			
		close				close		close	close
		close				close		close	close

・休職可能レッスン
・クラスの個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時間前まで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 イオンタウン松阪船江

【 08/17 ~ 08/24 】 スケジュール

2026/07/14 更新

08/17	08/18	08/19	08/20	08/21	08/22	08/23	08/24	
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	
	Shape up waist	Pre Basic		Back&Arm	Waist	Basic		
	Yuka.N	Shuri.M		Anna.s	Shuri.M	kotone.s		
	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		
	Back&Arm	Hip&Leg		Basic	Back&Arm	Waist		
	Anna.s	kotone.s		Yuka.N	Anna.s	Shuri.M		
	13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		
	Body Balance			Shape up waist	Basic	Hip&Leg		
	Yuka.N			Yuka.N	kotone.s	kotone.s		
	close			close	close	15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30
						Hip&Leg		Pre Basic
						Shuri.M		Shuri.M
						close		close
						17:30 ~ 18:30		
						Waist		
	Anna.s			close				
	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		
	Basic	Back&Arm			jump to burn	Pre Basic		
	kotone.s	Anna.s			Kanami.O	Shuri.M		
	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
	Hip&Leg	Basic			Back&Arm	Body Balance		
Shuri.M	kotone.s	Anna.s	Yuka.N					
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00					
Waist	Waist	Basic	Beauty Conditioning					
Shuri.M	Anna.s	kotone.s	Shuri.M					

pilatesK イオンタウン松阪船江

【 08/25 ~ 08/31 】 スケジュール

08/25	08/26	08/27	08/28	08/29	08/30	08/31
火	水	木	金	土	日	月
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close
Back&Arm	Waist		Basic	Hip&Leg	Beauty Conditioning	
Anna.s	Anna.s		kotone.s	Shuri.M	Shuri.M	
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	
Hip&Leg	Pre Basic		Shape up waist	Waist	Basic	
kotone.s	Shuri.M		kotone.s	Anna.s	kotone.s	
13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	
Basic			Hip&Leg	Pre Basic	Waist	
kotone.s			Yuka.N	Shuri.M	Shuri.M	
close			close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	
				Back&Arm	Hip&Leg	
				Anna.s	kotone.s	
				close	close	
				17:30 ~ 18:30		
Hip&Leg						
Shuri.M			close			
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
Pre Basic	Hip&Leg			Back&Arm	Waist	
Shuri.M	kotone.s	Anna.s		Shuri.M		
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		
Shape up waist	Back&Arm	jump to burn	Pre Basic			
Yuka.N	Anna.s	Yuka.N	Shuri.M			
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
Beauty Conditioning	Basic	Hip&Leg	Back&Arm			
Shuri.M	kotone.s	kotone.s	Anna.s			

・体験可能レッスン
・クラスの曜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サイトまでご確認ください。
・ご予約されたレッスンをキャンセルされる場合は、1週間前迄にお願いたします。
・レッスン開始時間1時間前迄のキャンセルは可能となります。
※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。