

pilatesK イオンタウン稲毛長沼

【 07/01 ~ 07/08 】 スケジュール

2026/07/11 更新

07/01	07/02	07/03	07/04	07/05	07/06	07/07	07/08
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
Back & Arm		Basic	Back & Arm			Back & Arm	Waist
mai.h		Noa.O	mai.h			mai.h	Kayoko.T
12:30 ~ 13:30		12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30			12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30
Hip & Leg		Beauty Conditioning	Hip & Leg			Hip & Leg	Basic
Kayoko.T		Kurumi.U	mai.h			Kayoko.T	mai.h
close	close	close	14:30 ~ 15:30	close	close	close	close
			Basic				
			Noa.O				
			16:30 ~ 17:30				
			Back & Arm				
			Rina.I				
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	close	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
Beauty Conditioning	Hip & Leg	Basic				Basic	Waist
Kurumi.U	mai.h	Kayoko.T				Noa.O	Kurumi.U
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
Basic	Beauty Conditioning	Back & Arm				Waist	Basic
Noa.O	Kurumi.U	mai.h				Kayoko.T	Noa.O
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
Waist	Basic	Waist				Basic	Beauty Conditioning
Kurumi.U	mai.h	Kayoko.T				Noa.O	Kurumi.U

pilatesK イオンタウン稲毛長沼

【 07/09 ~ 07/16 】 スケジュール

07/09	07/10	07/11	07/12	07/13	07/14	07/15	07/16			
木	金	土	日	月	火	水	木			
close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close			
	Waist 🏋️‍♀️	Hip & Leg 🏋️‍♀️			Basic 🏋️‍♀️	Basic 🏋️‍♀️				
	Kurumi.U	Kayoko.T			Noa.O	Noa.O				
	12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30			12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30				
	Back & Arm 🏋️‍♀️	Beauty Conditioning 🏋️‍♀️			Back & Arm 🏋️‍♀️	Beauty Conditioning 🏋️‍♀️				
	mai.h	Kurumi.U			mai.h	Kurumi.U				
	close	14:30 ~ 15:30			close	close				
		Back & Arm 🏋️‍♀️								
		Kayoko.T								
		16:30 ~ 17:30								
Basic 🏋️‍♀️										
close	Noa.O	close	close	close	close	close				
	18:00 ~ 19:00						18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		
	Back & Arm 🏋️‍♀️						Hip & Leg 🏋️‍♀️	Basic 🏋️‍♀️		
	mai.h						Kayoko.T	Kayoko.T		
	19:30 ~ 20:30						19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
	Waist 🏋️‍♀️						Basic 🏋️‍♀️	Beauty Conditioning 🏋️‍♀️	Waist 🏋️‍♀️	Back & Arm 🏋️‍♀️
	Kurumi.U						Noa.O	Kurumi.U	Kayoko.T	mai.h
	21:00 ~ 22:00						21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
	Hip & Leg 🏋️‍♀️						Back & Arm 🏋️‍♀️	Waist 🏋️‍♀️	Basic 🏋️‍♀️	Waist 🏋️‍♀️
	mai.h						Kayoko.T	Kurumi.U	Noa.O	Kayoko.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。

pilatesK イオンタウン稲毛長沼		【 07/17 ~ 07/24 】		スケジュール		2026/07/11 更新						
07/17	07/18	07/19	07/20	07/21	07/22	07/23	07/24					
金	土	日	月	火	水	木	金					
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30					
Basic 🇯🇵	Waist 🇯🇵			Basic 🇯🇵	Back & Arm 🇯🇵		Hip & Leg 🇯🇵					
Kayoko.T	Kayoko.T			Noa.O	Noa.O		Kayoko.T					
12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30			12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30		12:30 ~ 13:30					
Hip & Leg 🇯🇵	Basic 🇯🇵			Beauty Conditioning 🇯🇵	Hip & Leg 🇯🇵		Basic 🇯🇵					
Kayoko.T	Noa.O			Kurumi.U	mai.h		Kurumi.U					
close	14:30 ~ 15:30			close	close		close	close				
	Hip & Leg 🇯🇵											
	mai.h											
	16:30 ~ 17:30											
	Back & Arm 🇯🇵											
	Kayoko.T											
close	close			close	close	close	close	close				
									18:00 ~ 19:00			
									Back & Arm 🇯🇵	close	Hip & Leg 🇯🇵	Basic 🇯🇵
									mai.h	Kurumi.U	mai.h	Noa.O
									19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
									Hip & Leg 🇯🇵	Waist 🇯🇵	Basic 🇯🇵	Beauty Conditioning 🇯🇵
									mai.h	Kayoko.T	Kurumi.U	Noa.O
									Kurumi.U	Kurumi.U	Noa.O	Kurumi.U
									Noa.O	Noa.O	Kurumi.U	Noa.O

pilatesK イオンタウン稲毛長沼		【 07/25 ~ 07/31 】		スケジュール							
07/25	07/26	07/27	07/28	07/29	07/30	07/31					
土	日	月	火	水	木	金					
10:30 ~ 11:30	close	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30					
Beauty Conditioning 🌿			Basic 🌿	Hip & Leg 🌿		Basic 🌿					
Kurumi.U			Noa.O	Kayoko.T		Kayoko.T					
12:30 ~ 13:30			12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30		12:30 ~ 13:30					
Basic 🌿			Waist 🌿	Basic 🌿		Waist 🌿					
Noa.O			Kurumi.U	未確定		Kurumi.U					
14:30 ~ 15:30			close	close		close	close				
Waist 🌿											
Kurumi.U											
16:30 ~ 17:30											
Basic 🌿											
Noa.O											
close								18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
								Back & Arm 🌿	Waist 🌿	Beauty Conditioning 🌿	Back & Arm 🌿
			Kayoko.T	Kurumi.U		Kurumi.U	Kayoko.T				
			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				
	Basic 🌿	Hip & Leg 🌿	Waist 🌿	Beauty Conditioning 🌿							
	未確定	未確定	Kurumi.U	Kurumi.U							
	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00							
	Hip & Leg 🌿	Beauty Conditioning 🌿	Basic 🌿	Basic 🌿							
Kayoko.T	Kurumi.U	Noa.O	Noa.O								

 : 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時間前を切つ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。