

pilatesK イオンタウン松阪船江		【 09/01 ~ 09/08 】		スケジュール		2026/08/14 更新		
09/01	09/02	09/03	09/04	09/05	09/06	09/07	09/08	
火	水	木	金	土	日	月	火	
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	
Basic	Beauty Conditioning		Waist	Back&Arm	Hip&Leg		Hip&Leg	
kotone.s	Shuri.M		Shuri.M	Anna.s	kotone.s		Shuri.M	
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	
Shape up waist	Hip&Leg		Back&Arm	Basic	Beauty Conditioning		Body Balance	
Yuka.N	kotone.s		Anna.s	kotone.s	Shuri.M		Yuka.N	
13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	
Hip&Leg			Pre Basic	Waist	Pilates Cardio		Beauty Conditioning	
kotone.s			Shuri.M	Anna.s	Yuka.N		Shuri.M	
close			close	close	15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30	close
					Hip&Leg		Basic	
					kotone.s		kotone.s	
					close		close	
					17:30 ~ 18:30			
Back&Arm								
Anna.s			close					
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			
Back&Arm	Waist	Back&Arm		Basic	Waist			
Anna.s	Kasumi.A	Anna.s		kotone.s	Anna.s			
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
Waist	Back&Arm	Pre Basic		Beauty Conditioning	Basic			
Shuri.M	Kasumi.A	Shuri.M		Shuri.M	Yuka.N			
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	close	21:00 ~ 22:00			
Hip&Leg	Basic	Waist	Hip&Leg		Back&Arm			
Shuri.M	kotone.s	Anna.s	kotone.s		Anna.s			

pilatesK イオンタウン松阪船江		【 09/09 ~ 09/16 】		スケジュール					
09/09	09/10	09/11	09/12	09/13	09/14	09/15	09/16		
水	木	金	土	日	月	火	水		
10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		
Basic		Hip & Leg	Basic	Back & Arm		Waist	Hip & Leg		
kotone.s		kotone.s	Yuka.N	Anna.s		Shuri.M	Shuri.M		
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		
Waist		jump to burn	Waist	Pre Basic		Basic	Pilates Cardio		
Anna.s		Yuka.N	Anna.s	Shuri.M		kotone.s	Yuka.N		
close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close	13:30 ~ 14:30	close
		Basic	Beauty Conditioning	Waist		Hip & Leg			
		kotone.s	Shuri.M	Anna.s		Shuri.M			
		close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close			
			Pilates Cardio	Hip & Leg					
			Yuka.N	Shuri.M					
			close						
		17:30 ~ 18:30							
		Hip & Leg							
		Shuri.M							
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00				
jump to burn	Body Balance	Waist		Back & Arm	Basic				
Yuka.N	Mizuho.T	Shuri.M		Anna.s	kotone.s				
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				
Hip & Leg	Basic	Back & Arm		Body Balance	Waist				
Shuri.M	kotone.s	Anna.s		Mizuho.T	Anna.s				
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				
Back & Arm	Hip & Leg	Pre Basic		Waist	Hip & Leg				
Yuka.N	Mizuho.T	Shuri.M		Anna.s	kotone.s				

・体験可能レッスン
 ・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		【 09/17 ~ 09/24 】		スケジュール		2026/08/14 更新	
09/17	09/18	09/19	09/20	09/21	09/22	09/23	09/24
木	金	土	日	月	火	水	木
close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close
	Basic	Shape up waist	Hip&Leg		jump to burn	Basic	
	kotone.s	Yuka.N	Shuri.M		Yuka.N	kotone.s	
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	
	Back&Arm	Basic	Basic		Waist	Back&Arm	
	Anna.s	kotone.s	Yuka.N		Anna.s	Anna.s	
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	
	jump to burn	Back&Arm	Beauty Conditioning		Basic	Pilates Cardio	
	Kanami.O	Yuka.N	Shuri.M		kotone.s	Yuka.N	
	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	
		Hip&Leg	Pilates Cardio		Back&Arm	Pre Basic	
		kotone.s	Yuka.N		Anna.s	Shuri.M	
		close	close		close	close	
17:30 ~ 18:30	close	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30			
Body Balance		Shape up waist	Hip&Leg				
Yuka.N		Yuka.N	Shuri.M				
18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00				
Hip&Leg		Pre Basic	Waist				
kotone.s		Shuri.M	Anna.s				
19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				
Back&Arm		Waist	Pre Basic				
Kasumi.A		Anna.s	Shuri.M				
21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				
Basic		Beauty Conditioning	Back&Arm				
kotone.s		Shuri.M	Anna.s				

pilatesK イオンタウン松阪船江		【 09/25 ~ 09/30 】 スケジュール									
09/25		09/26		09/27		09/28		09/29		09/30	
金		土		日		月		火		水	
10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		close		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	
Hip&Leg		Pre Basic		Basic				Beauty Conditioning		Back&Arm	
Shuri.M		Shuri.M		kotone.s				Shuri.M		Anna.s	
12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30				12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30	
Beauty Conditioning		Hip&Leg		Waist				Body Balance		Pilates Cardio	
Shuri.M		kotone.s		Anna.s				Yuka.N		Yuka.N	
13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30		14:30 ~ 15:30				13:30 ~ 14:30		close	
Basic		Beauty Conditioning		Hip&Leg				Pre Basic			
kotone.s		Shuri.M		kotone.s				Shuri.M			
close		15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30				close			
		Basic		Back&Arm							
		kotone.s		Anna.s							
		close		close							
17:30 ~ 18:30											
Waist											
Shuri.M											
18:00 ~ 19:00		close				18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00			
Basic				Back&Arm		Pre Basic					
kotone.s				Anna.s		Shuri.M					
19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30					
Back&Arm				Basic		jump to burn					
Anna.s				kotone.s		Yuka.N					
21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00					
Waist				Waist		Hip&Leg					
Anna.s				Anna.s		Shuri.M					

・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週間前迄にお願ひしております。
・レッスン開始時間1時間前迄のキャンセルは、1週間前迄にお願いいたします。
※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。