

pilatesK イオンタウン毛呂山		【 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	close	close	10:30 ~ 11:30
Basic	Hip&Leg		Basic	Back&Arm			Waist
Mao.F	MOE.H		miyuna.y	miyuna.y			Yumiko.K
12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30		12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30			12:30 ~ 13:30
Hip&Leg	Pre Basic		Waist	Pre Basic			Back&Arm
MOE.H	Mao.F		Yumiko.K	Mao.F			MOE.H
close	close		close	14:30 ~ 15:30			close
				Waist			
				Yumiko.K			
				16:30 ~ 17:30			
				Basic			
				Mao.F			
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	close	close	18:00 ~ 19:00
Waist	Basic	Back&Arm	Pre Basic				Basic
Yumiko.K	miyuna.y	miyuna.y	Mao.F				Mao.F
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30
Back&Arm	Waist	Pre Basic	Back&Arm				Hip&Leg
miyuna.y	Yumiko.K	Mao.F	miyuna.y				MOE.H
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	close	close	close	21:00 ~ 22:00
Basic	Back&Arm	Waist	Basic				Pre Basic
Yumiko.K	miyuna.y	Yumiko.K	Mao.F				Mao.F

pilatesK イオンタウン毛呂山		【 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	close	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Basic		Back & Arm	Basic			Back & Arm	Pre Basic
miyuna.y		Yumiko.K	Mao.F			miyuna.y	Mao.F
12:30 ~ 13:30		12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30			12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30
Waist		Pre Basic	Waist			Basic	Back & Arm
Yumiko.K		Mao.F	Yumiko.K			Mao.F	miyuna.y
close		close	14:30 ~ 15:30			close	close
			Hip & Leg				
			MOE.H				
			16:30 ~ 17:30				
	Back & Arm						
	miyuna.y						
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
Back & Arm	Hip & Leg	Basic			Back & Arm	Hip & Leg	
MOE.H	MOE.H	miyuna.y			MOE.H	MOE.H	
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
Pre Basic	Back & Arm	Hip & Leg			Pre Basic	Waist	
Mao.F	miyuna.y	MOE.H			Mao.F	Yumiko.K	
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
Hip & Leg	Basic	Back & Arm			Hip & Leg	Basic	
MOE.H	Yumiko.K	miyuna.y			MOE.H	Yumiko.K	

・休館可能レッスン
 ・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時間前までにお申し込みしております。
 ・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 イオンタウン毛呂山 【 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	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close			
	Hip&Leg	Back&Arm		Waist	Hip&Leg	Basic				
	MOE.H	MOE.H		Yumiko.K	MOE.H	miyuna.y				
	12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30		12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30				
	Basic	Hip&Leg		Back&Arm	Pre Basic	Hip&Leg				
	Yumiko.K	MOE.H		MOE.H	Mao.F	MOE.H				
	close	14:30 ~ 15:30		14:30 ~ 15:30	14:30 ~ 15:30	14:30 ~ 15:30		14:30 ~ 15:30		
		Basic		Basic	Back&Arm	Pre Basic				
		miyuna.y		Yumiko.K	miyuna.y	Mao.F				
		16:30 ~ 17:30		16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30		16:30 ~ 17:30		
		Waist		Hip&Leg	Basic	Back&Arm				
		Yumiko.K		MOE.H	Mao.F	Mao.F				
	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		close	close	close		close	18:00 ~ 19:00	
	Back&Arm	Waist							Basic	
	Yumiko.K	Yumiko.K							Mao.F	
	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30							19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
	Basic	Back&Arm							Back&Arm	
Yumiko.K	miyuna.y	miyuna.y								
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00							
Hip&Leg	Basic		Pre Basic							
MOE.H	miyuna.y		Mao.F							

pilatesK イオンタウン毛呂山 【 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	close	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		
Pre Basic	Hip&Leg			Waist	Pre Basic		
Mao.F	MOE.H			Yumiko.K	Mao.F		
12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30			12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30		
Hip&Leg	Basic			Back&Arm	Waist		
MOE.H	miyuna.y			MOE.H	Yumiko.K		
close	14:30 ~ 15:30			close	close	close	close
	Waist						
	Yumiko.K						
	16:30 ~ 17:30						
	Back&Arm						
miyuna.y	close						
18:00 ~ 19:00						18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
Back&Arm						Basic	Back&Arm
Yumiko.K						Mao.F	miyuna.y
19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				
Basic		Hip&Leg	Basic				
miyuna.y		MOE.H	miyuna.y				
21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				
Waist		Back&Arm	Hip&Leg				
Yumiko.K		Mao.F	MOE.H				

・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。