

pilatesK イオンタウン伊勢ラパーク		【 09/01 ~ 09/08 】		スケジュール		2026/08/21 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	
Hip & Leg 🌱	Pre Basic 🌱		Basic 🌱	Back & Arm 🌱			Basic 🌱	
Aya.K	Honoka.T		Aya.K	Riho.o			urara.m	
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00			12:00 ~ 13:00	
Basic 🌱	Hip & Leg 🌱		Beauty Conditioning 🌱	Basic 🌱			Pre Basic 🌱	
urara.m	Aya.K		Riho.o	Aya.K			Honoka.T	
13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30	
Back & Arm 🌱			Hip & Leg 🌱	Beauty Conditioning 🌱			Waist 🌱	
Honoka.T			Aya.K	Riho.o			Honoka.T	
close			close	close			15:00 ~ 16:00	close
							Hip & Leg 🌱	
							Aya.K	
							close	
17:30 ~ 18:30			17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30			17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30
Pre Basic 🌱			Basic 🌱	Hip & Leg 🌱			Basic 🌱	Basic 🌱
Honoka.T			urara.m	Aya.K			urara.m	urara.m
19:00 ~ 20:00			19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00			19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00
Basic 🌱			Beauty Conditioning 🌱	Basic 🌱			Waist 🌱	Hip & Leg 🌱
Aya.K			Riho.o	urara.m			Riho.o	Aya.K
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30				
Beauty Conditioning 🌱	Back & Arm 🌱	Hip & Leg 🌱	Basic 🌱	Basic 🌱				
Riho.o	Riho.o	Aya.K	urara.m	Aya.K				

pilatesK イオンタウン伊勢ラパーク		【 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		
Hip & Leg 🌱		Beauty Conditioning 🌱	Pre Basic 🌱			Basic 🌱	Back & Arm 🌱		
Aya.K		Riho.o	Honoka.T			urara.m	Honoka.T		
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00			12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		
Basic 🌱		Waist 🌱	Back & Arm 🌱			Beauty Conditioning 🌱	Pre Basic 🌱		
urara.m		Riho.o	Riho.o			Riho.o	Honoka.T		
close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30			close	close	13:30 ~ 14:30	close
		Pre Basic 🌱	Waist 🌱					Basic 🌱	
		Honoka.T	Honoka.T					urara.m	
		close	15:00 ~ 16:00					close	
			Basic 🌱						
			urara.m						
	close								
	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30				
	Pre Basic 🌱	Beauty Conditioning 🌱	Back & Arm 🌱	Waist 🌱	Waist 🌱				
	Honoka.T	Riho.o	Honoka.T	Honoka.T	Riho.o				
	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00				
	Basic 🌱	Back & Arm 🌱	Basic 🌱	Back & Arm 🌱	Beauty Conditioning 🌱				
Aya.K	Honoka.T	urara.m	Riho.o	Riho.o					
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30					
Waist 🌱	Basic 🌱	Waist 🌱	Pre Basic 🌱	Basic 🌱					
Honoka.T	Aya.K	Honoka.T	Honoka.T	Aya.K					

🌱：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。

pilatesK イオンタウン伊勢ラパーク		【 09/17 ~ 09/24 】		スケジュール		2026/08/21 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 Hip & Leg 🏊	10:30 ~ 11:30 Basic 🏊	close	10:30 ~ 11:30 Beauty Conditioning 🏊	10:30 ~ 11:30 Waist 🏊	10:30 ~ 11:30 Pre Basic 🏊	close					
	Aya.K	Aya.K		Riho.o	Riho.o	Honoka.T						
	12:00 ~ 13:00 Basic 🏊	12:00 ~ 13:00 Beauty Conditioning 🏊		12:00 ~ 13:00 Basic 🏊	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg 🏊	12:00 ~ 13:00 Back & Arm 🏊						
	Aya.K	Riho.o		urara.m	Aya.K	Riho.o						
	13:30 ~ 14:30 Waist 🏊	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg 🏊		13:30 ~ 14:30 Waist 🏊	13:30 ~ 14:30 Basic 🏊	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg 🏊						
	Honoka.T	Aya.K		Riho.o	urara.m	Aya.K						
	close	15:00 ~ 16:00 Back & Arm 🏊		close	15:00 ~ 16:00 Basic 🏊	15:00 ~ 16:00 Back & Arm 🏊		15:00 ~ 16:00 Basic 🏊				
		Riho.o			Aya.K	Riho.o		urara.m				
		close			close	close		close	close			
										17:30 ~ 18:30 Basic 🏊	17:30 ~ 18:30 Hip & Leg 🏊	17:30 ~ 18:30 Beauty Conditioning 🏊
										urara.m	Aya.K	Riho.o
	17:30 ~ 18:30 Basic 🏊	17:30 ~ 18:30 Pre Basic 🏊		close	close	close		17:30 ~ 18:30 Pre Basic 🏊				
	urara.m	Honoka.T						Honoka.T				
	19:00 ~ 20:00 Hip & Leg 🏊	19:00 ~ 20:00 Back & Arm 🏊						19:00 ~ 20:00 Basic 🏊				
	Aya.K	Honoka.T						urara.m				
20:30 ~ 21:30 Back & Arm 🏊	20:30 ~ 21:30 Basic 🏊	20:30 ~ 21:30 Hip & Leg 🏊										
Riho.o	urara.m	Aya.K										

pilatesK イオンタウン伊勢ラパーク		【 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
Back & Arm 🏊	Beauty Conditioning 🏊			Back & Arm 🏊	Hip & Leg 🏊
Riho.o	Riho.o			Honoka.T	Aya.K
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00			12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30
Waist 🏊	Hip & Leg 🏊			Waist 🏊	Basic 🏊
Riho.o	Aya.K			Riho.o	urara.m
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30	close
Basic 🏊	Back & Arm 🏊			Beauty Conditioning 🏊	
urara.m	Riho.o			Riho.o	
close	15:00 ~ 16:00			close	
	Basic 🏊				
	Aya.K				
	close				
	17:30 ~ 18:30				Waist 🏊
	Riho.o				
17:30 ~ 18:30	close			17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30
Hip & Leg 🏊				Back & Arm 🏊	Pre Basic 🏊
Aya.K		Honoka.T	Honoka.T		
19:00 ~ 20:00		19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00		
Waist 🏊		Hip & Leg 🏊	Waist 🏊		
Honoka.T		Aya.K	Riho.o		
20:30 ~ 21:30		20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30		
Basic 🏊	Basic 🏊	Hip & Leg 🏊			
urara.m		urara.m	Aya.K		

🏊 : 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。