

pilatesK イヴェール津南店		【 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 🌱		Hip & Leg 🌱				Hip Punch		Hip & Leg 🌱		Body Balance				Beauty Conditioning 🌱	
yuka.n		Mizuho.T				Kanami.O		Mizuho.T		Mizuho.T				Kanami.O	
12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30				12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30				12:00 ~ 13:00	
Hip & Leg 🌱		Basic 🌱				Body Balance		jump to burn		Back & Arm 🌱				Back & Arm 🌱	
Mizuho.T		yuka.n				Mizuho.T		Kanami.O		Kasumi.A				Kasumi.A	
13:30 ~ 14:30		close				13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30		14:30 ~ 15:30				13:30 ~ 14:30	
Waist 🌱						Basic 🌱		Beauty Conditioning 🌱		Basic 🌱				Hip Punch	
Mizuho.T						Mizuho.T		Kanami.O		Mizuho.T				Kanami.O	
close						close		15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30				close	
				Basic 🌱				Waist 🌱							
				yuka.n				Kasumi.A							
				close				close							
				17:30 ~ 18:30				Waist 🌱							
Mizuho.T				close		close		close		close					
18:00 ~ 19:00												18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	
Beauty Conditioning 🌱		Waist 🌱										Pre Basic 🌱		Back & Arm 🌱	
Kanami.O		Mizuho.T										Kanami.O		Kasumi.A	
19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30										19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	
Back & Arm 🌱		Pilates Cardio		Back & Spine		jump to burn		Body Balance							
Kasumi.A		Yuka.N		Kanami.O		Kanami.O		Mizuho.T							
21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00			
jump to burn		Body Balance		Back & Arm 🌱		Pre Basic 🌱		close		Hip & Leg 🌱					
Kanami.O		Yuka.N		Kasumi.A		Kanami.O				Mizuho.T					

pilatesK イモール津南店		【 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 🌱		Back & Arm 🌱	Waist 🌱	Back & Spine		Waist 🌱	Back & Spine			
yuka.n		Kasumi.A	Kasumi.A	Kanami.O		Kasumi.A	Kanami.O			
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	Hip Punch	Waist 🌱		Hip Punch	Basic 🌱			
Kasumi.A		Kanami.O	Kanami.O	Kasumi.A		Kanami.O	yuka.n			
close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		close	13:30 ~ 14:30	close		
		Waist 🌱	Basic 🌱	Pre Basic 🌱			Back & Arm 🌱			
		Kasumi.A	Mizuho.T	Kanami.O			Kasumi.A			
		close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30			close			
			Body Balance	Back & Arm 🌱						
			Mizuho.T	Kasumi.A						
			17:30 ~ 18:30							
		Pre Basic 🌱								
		Kanami.O								
		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			close		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
		Hip & Leg 🌱	Pilates Cardio	Basic 🌱					Body Balance	Waist 🌱
Mizuho.T	Yuka.N	yuka.n	Yuka.N	Kasumi.A						
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30						
Hip Punch	Basic 🌱	Pre Basic 🌱	Pilates Cardio	Body Balance						
Kanami.O	yuka.n	Kanami.O	Yuka.N	Mizuho.T						
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00						
Pre Basic 🌱	Body Balance	Back & Spine	Basic 🌱	Back & Arm 🌱						
Kanami.O	Yuka.N	Kanami.O		yuka.n	Kasumi.A					

🌱：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 イナモル津南店		【 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 jump to burn Yuka.N	10:30 ~ 11:30 Basic 🍌 yuka.n	10:30 ~ 11:30 Waist 🍌 Mizuho.T	close	10:30 ~ 11:30 Back & Arm 🍌 Kasumi.A	10:30 ~ 11:30 Basic 🍌 yuka.n	close
	12:00 ~ 13:00 Pilates Cardio Yuka.N	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg 🍌 Mizuho.T	12:30 ~ 13:30 Hip Punch Kaname.O		12:00 ~ 13:00 Basic 🍌 yuka.n	12:00 ~ 13:00 Back & Arm 🍌 Kaname.O	
	13:30 ~ 14:30 Basic 🍌 yuka.n	13:30 ~ 14:30 Back & Arm 🍌 Kasumi.A	14:30 ~ 15:30 Basic 🍌 yuka.n		13:30 ~ 14:30 Body Balance Mizuho.T	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg 🍌 Kaname.O	
	close	15:00 ~ 16:00 Waist 🍌 Kasumi.A	16:30 ~ 17:30 jump to burn Kaname.O		15:00 ~ 16:00 Waist 🍌 Kasumi.A	15:00 ~ 16:00 Basic 🍌 yuka.n	
		close	close		close	close	
	17:30 ~ 18:30 Body Balance Mizuho.T	17:30 ~ 18:30 Hip & Leg 🍌 Mizuho.T			17:30 ~ 18:30 Back & Spine Kaname.O		
	18:00 ~ 19:00 Basic 🍌 Mizuho.T	close			close	close	18:00 ~ 19:00 Back & Arm 🍌 Kasumi.A
	19:30 ~ 20:30 jump to burn Kaname.O						19:30 ~ 20:30 Waist 🍌 Kasumi.A
	21:00 ~ 22:00 Hip Punch Kaname.O						21:00 ~ 22:00 Pre Basic 🍌 Kaname.O
	21:00 ~ 22:00 Hip Punch Kaname.O						
	21:00 ~ 22:00 Hip Punch Kaname.O						
	21:00 ~ 22:00 Hip Punch Kaname.O						

pilatesK ｲﾝﾃｰﾅﾙ津南店			【 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
Waist 🇲🇻		jump to burn	Basic 🇲🇻		Body Balance	Back & Spine
Kasumi.A		Kanami.O	yuka.n		Mizuho.T	Kanami.O
12:00 ～ 13:00		12:00 ～ 13:00	12:30 ～ 13:30		12:00 ～ 13:00	12:30 ～ 13:30
Basic 🇲🇻		Waist 🇲🇻	Hip & Leg 🇲🇻		Back & Arm 🇲🇻	Basic 🇲🇻
yuka.n		Mizuho.T	Mizuho.T		Kasumi.A	yuka.n
13:30 ～ 14:30		13:30 ～ 14:30	14:30 ～ 15:30		13:30 ～ 14:30	close
Back & Arm 🇲🇻		Pre Basic 🇲🇻	Body Balance		Hip & Leg 🇲🇻	
Kasumi.A		Kanami.O	Yuka.N		Mizuho.T	
close		15:00 ～ 16:30	16:30 ～ 17:30		close	
		Hip & Leg 🇲🇻	Pilates Cardio			
		Mizuho.T	Yuka.N			
close		close	close			
		17:30 ～ 18:30				
		Basic 🇲🇻				
yuka.n		close			18:00 ～ 19:00	18:00 ～ 19:00
Waist 🇲🇻					Basic 🇲🇻	Hip Punch
Kasumi.A			yuka.n	Kanami.O		
19:30 ～ 20:30			19:30 ～ 20:30	19:30 ～ 20:30		
Back & Spine			Beauty Conditioning 🇲🇻	Hip & Leg 🇲🇻		
Kanami.O			Kanami.O	Mizuho.T		
21:00 ～ 22:00			21:00 ～ 22:00	21:00 ～ 22:00		
Beauty Conditioning 🇲🇻		jump to burn	Body Balance			
Kanami.O		Kanami.O	Mizuho.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。