

pilatesK		MEGAドン・キホーテUNY鈴鹿		【 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	
火		水		木		金		土	
10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		close		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	
Basic 🍌		Hip & Leg 🍌				Basic 🍌		Hip & Leg 🍌	
Momoka.W		Akane.S				yuka.n		Natuki.K	
12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30				12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	
jump to burn		Waist 🍌				Back & Arm 🍌		Waist 🍌	
Akane.S		KASUMI.H				Momoka.W		KASUMI.H	
13:30 ~ 14:30		close				13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	
Back & Arm 🍌						Basic 🍌		Basic 🍌	
Momoka.W						yuka.n		Natuki.K	
close						close		15:00 ~ 16:00	
				KASUMI.H				close	
				17:30 ~ 18:30				Hip & Leg 🍌	
				Natuki.K				close	
				18:00 ~ 19:00					
Waist 🍌				Back & Arm 🍌		Body Balance			
KASUMI.H				Momoka.W		Akane.S			
19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30			
Pre Basic 🍌		Waist 🍌		Body Balance		Back & Arm 🍌		Waist 🍌	
Akane.S		KASUMI.H		Akane.S		Momoka.W		KASUMI.H	
21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	
Back & Arm 🍌		Basic 🍌		Beauty Conditioning 🍌		Waist 🍌		jump to burn	
KASUMI.H		Momoka.W		Akane.S		KASUMI.H		Akane.S	

pilatesK		MEGAドン・キホーテUNY鈴鹿		【 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👉👈		Waist👉👈	Back & Arm👉👈			Basic👉👈	jump to burn	
Akane.S		KASUMI.H	KASUMI.H			Momoka.W	Akane.S	
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00			12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	
Back & Arm👉👈		Beauty Conditioning👉👈	Basic👉👈			Back & Arm👉👈	Basic👉👈	
Momoka.W		Akane.S	Akane.S			Momoka.W	Momoka.W	
close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30			close	13:30 ~ 14:30	close
		Back & Arm👉👈	Waist👉👈				Waist👉👈	
		KASUMI.H	KASUMI.H				KASUMI.H	
		close	15:00 ~ 16:00				close	
	Hip & Leg👉👈							
	Akane.S							
	close							
	17:30 ~ 18:30	jump to burn						
	Akane.S							
	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	
Waist👉👈	Hip & Leg👉👈	Basic👉👈	Hip & Leg👉👈		Back & Arm👉👈			
KASUMI.H	MAI.I	Momoka.W	Akane.S		KASUMI.H			
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30			
Basic👉👈	Waist👉👈	Hip & Leg👉👈	Back & Arm👉👈		Waist👉👈			
Momoka.W	KASUMI.H	Akane.S	KASUMI.H		KASUMI.H			
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00			
Back & Arm👉👈	Pre Basic👉👈	Basic👉👈	Pre Basic👉👈		Body Balance			
KASUMI.H	MAI.I	Momoka.W	Akane.S		Akane.S			

🟢：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 MEGAドン・キホーテUNY鈴鹿			【 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	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	
	Body Balance	jump to burn			Hip & Leg 🌱	Waist 🌱		
	Akane.S	Akane.S			MAI.I	KASUMI.H		
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00			12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		
	Basic 🌱	Back & Arm 🌱			Waist 🌱	Basic 🌱		
	Momoka.W	KASUMI.H			KASUMI.H	Momoka.W		
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		
	Hip & Leg 🌱	Beauty Conditioning 🌱			Pre Basic 🌱	Waist 🌱		
	Akane.S	Akane.S			MAI.I	KASUMI.H		
	close	15:00 ~ 16:00			15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00
		Waist 🌱			Back & Arm 🌱	Back & Arm 🌱		Basic 🌱
		KASUMI.H			KASUMI.H	KASUMI.H		Momoka.W
		close			close	close		close
		17:30 ~ 18:30			17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30
	Basic 🌱	jump to burn			Back & Arm 🌱	Back & Arm 🌱		
	Akane.S	MAI.I			Momoka.W			
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	close	close	close	18:00 ~ 19:00		
Waist 🌱	Basic 🌱					Hip & Leg 🌱		
KASUMI.H	Momoka.W					Natuki.K		
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30					19:30 ~ 20:30		
Basic 🌱	Back & Arm 🌱					Waist 🌱		
Akane.S	KASUMI.H					KASUMI.H		
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00					21:00 ~ 22:00		
Hip & Leg 🌱	Waist 🌱	Basic 🌱						
Akane.S	KASUMI.H	Natuki.K						