

## 2026/08/15 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 |
| jump to burn  | Basic 🍌          |               | Basic 🍌       | Waist 🍌       | Pilates Cardio |                       | Basic 🍌       |
| haruka.T      | Mana.O           |               | Mana.O        | Yuu.O         | Noa.M          |                       | Mana.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 |
| Basic 🍌       | Pilates Cardio   |               | Waist 🍌       | Basic 🍌       | Hip & Leg 🍌    |                       | Body Balance  |
| Mana.O        | Noa.M            |               | Yuu.O         | Mana.O        | Yuu.O          |                       | Noa.M         |
| 13:30 ~ 14:30 | close            |               | 13:30 ~ 14:30 | 13:30 ~ 14:30 | 14:30 ~ 15:30  |                       | 13:30 ~ 14:30 |
| Back & Arm 🍌  |                  |               | Basic 🍌       | Hip & Leg 🍌   | Back & Arm 🍌   |                       | Basic 🍌       |
| haruka.T      |                  |               | Yuu.O         | Yuu.O         | Noa.M          |                       | Mana.O        |
| close         |                  |               | close         | close         | 15:00 ~ 16:00  |                       | 16:30 ~ 17:30 |
|               |                  | Basic 🍌       |               |               | Basic 🍌        |                       |               |
|               | Mana.O           | Yuu.O         |               |               |                |                       |               |
| 18:00 ~ 19:00 | 18:00 ~ 19:00    | 17:00 ~ 17:30 | close         | close         | 18:00 ~ 19:00  |                       |               |
| Basic 🍌       | Waist 🍌          | お試し見学会        |               |               | 17:30 ~ 18:30  | Beauty Conditioning 🍌 |               |
| Noa.M         | Yuu.O            | haruka.T      |               |               | Basic 🍌        | haruka.T              |               |
| 19:30 ~ 20:30 | 19:30 ~ 20:30    | 19:30 ~ 20:30 |               |               | close          | 19:30 ~ 20:30         |               |
| Hip & Leg 🍌   | Release&Strength | jump to burn  |               |               |                | Basic 🍌               | Back & Arm 🍌  |
| Yuu.O         | haruka.T         | haruka.T      |               |               |                | Mana.O                | Noa.M         |
| 21:00 ~ 22:00 | 21:00 ~ 22:00    | 21:00 ~ 22:00 | 21:00 ~ 22:00 | close         | 21:00 ~ 22:00  |                       |               |
| Body Balance  | Basic 🍌          | Basic 🍌       | Back & Arm 🍌  |               | jump to burn   |                       |               |
| Noa.M         | Yuu.O            | Mana.O        | haruka.T      |               | haruka.T       |                       |               |

| 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 |
| Back & Arm 🏋️‍♀️ |                  | Beauty Conditioning 🏋️‍♀️ | Basic 🏋️‍♀️   | Waist 🏋️‍♀️     |                 | Hip & Leg 🏋️‍♀️ | Basic 🏋️‍♀️   |
| haruka.T         |                  | haruka.T                  | Mana.O        | Yuu.O           |                 | Yuu.O           | Mana.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 |
| Basic 🏋️‍♀️      |                  | Basic 🏋️‍♀️               | Waist 🏋️‍♀️   | Basic 🏋️‍♀️     |                 | Basic 🏋️‍♀️     | jump to burn  |
| Yuu.O            |                  | Yuu.O                     | Yuu.O         | Mana.O          |                 | Mana.O          | haruka.T      |
| 14:00 ~ 14:30    |                  | 13:30 ~ 14:30             | 13:30 ~ 14:30 | 14:30 ~ 15:30   |                 | 13:30 ~ 14:30   | close         |
| お試し見学会           |                  | jump to burn              | Basic 🏋️‍♀️   | Hip & Leg 🏋️‍♀️ |                 | Waist 🏋️‍♀️     |               |
| haruka.T         |                  | haruka.T                  | Mana.O        | Yuu.O           |                 | Yuu.O           |               |
| close            |                  | close                     | 15:00 ~ 16:00 | 16:30 ~ 17:30   |                 | close           |               |
|                  | Release&Strength |                           | Basic 🏋️‍♀️   |                 |                 |                 |               |
|                  | haruka.T         |                           | Mana.O        |                 |                 |                 |               |
|                  | close            |                           | close         |                 |                 |                 |               |
| 18:00 ~ 19:00    | 18:00 ~ 19:00    | 18:00 ~ 19:00             | close         | 18:00 ~ 19:00   | 18:00 ~ 19:00   |                 |               |
| Pilates Cardio   | Pre Basic 🏋️‍♀️  | Basic 🏋️‍♀️               |               | Pilates Barre   | Body Balance    |                 |               |
| Noa.M            | Noa.M            | Mana.O                    |               | Noa.M           | Noa.M           |                 |               |
| 19:30 ~ 20:30    | 19:30 ~ 20:30    | 19:30 ~ 20:30             |               | 19:30 ~ 20:30   | 19:30 ~ 20:30   |                 |               |
| Basic 🏋️‍♀️      | Hip & Leg 🏋️‍♀️  | Waist 🏋️‍♀️               |               | Basic 🏋️‍♀️     | Waist 🏋️‍♀️     |                 |               |
| Mana.O           | Yuu.O            | Yuu.O                     |               | Yuu.O           | Yuu.O           |                 |               |
| 21:00 ~ 22:00    | 21:00 ~ 22:00    | 21:00 ~ 22:00             |               | 21:00 ~ 22:00   | 21:00 ~ 22:00   |                 |               |
| Body Balance     | Pilates Barre    | Basic 🏋️‍♀️               | close         | Body Balance    | Pre Basic 🏋️‍♀️ |                 |               |
| Noa.M            | Noa.M            | Mana.O                    |               | Noa.M           | Noa.M           |                 |               |

- ※ 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週間前迄にお願しております。
- ※ レッスン開始時刻1時間前切り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 MEGAドン・キホーテUNY福井 |                       |               |               | 【 09/17 ~ 09/24 】 |                  | スケジュール                |               | 2026/08/15 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 🌱               | Pilates Barre | jump to burn  |                   | Basic 🌱          | Waist 🌱               |               |               |  |  |
|                           | Yuu.O                 | Noa.M         | haruka.T      |                   | Mana.O           | Yuu.O                 |               |               |  |  |
|                           | 12:00 ~ 13:00         | 12:00 ~ 13:00 | 12:30 ~ 13:30 |                   | 12:00 ~ 13:00    | 12:00 ~ 13:00         |               |               |  |  |
|                           | Beauty Conditioning 🌱 | Basic 🌱       | Waist 🌱       |                   | Back&Arm 🌱       | Beauty Conditioning 🌱 |               |               |  |  |
|                           | haruka.T              | Yuu.O         | Yuu.O         |                   | Noa.M            | haruka.T              |               |               |  |  |
|                           | 13:30 ~ 14:30         | 13:30 ~ 14:30 | 14:30 ~ 15:30 |                   | 13:30 ~ 14:30    | 13:30 ~ 14:30         |               |               |  |  |
|                           | Hip&Leg 🌱             | Body Balance  | Pre Basic 🌱   |                   | Release&Strength | Basic 🌱               |               |               |  |  |
|                           | Yuu.O                 | Noa.M         | Noa.M         |                   | haruka.T         | Yuu.O                 |               |               |  |  |
|                           | close                 | 15:00 ~ 16:00 | 16:30 ~ 17:30 |                   | 15:00 ~ 16:00    | 15:00 ~ 16:00         |               |               |  |  |
|                           |                       | Hip&Leg 🌱     | Back&Arm 🌱    |                   | Pilates Cardio   | jump to burn          |               |               |  |  |
|                           |                       | Yuu.O         | haruka.T      |                   | Noa.M            | haruka.T              |               |               |  |  |
|                           |                       | close         | close         |                   | close            | 16:30 ~ 17:00         |               | close         |  |  |
|                           |                       |               |               |                   |                  | お試し見学会                |               | close         |  |  |
| 17:00 ~ 17:30             | close                 | 17:30 ~ 18:30 | 17:30 ~ 18:30 | 17:30 ~ 18:30     | 17:30 ~ 18:30    |                       |               |               |  |  |
| お試し見学会                    |                       | Pre Basic 🌱   | Basic 🌱       | Hip&Leg 🌱         |                  |                       |               |               |  |  |
| haruka.T                  |                       | Noa.M         | Mana.O        | Yuu.O             |                  |                       |               |               |  |  |
| 18:00 ~ 19:00             |                       | close         | close         | close             | close            | 18:00 ~ 19:00         |               |               |  |  |
| Basic 🌱                   |                       |               |               |                   |                  | Back&Arm 🌱            | Pilates Barre |               |  |  |
| Mana.O                    | haruka.T              |               |               |                   |                  | Noa.M                 |               |               |  |  |
| 19:30 ~ 20:30             | 19:30 ~ 20:30         |               |               |                   |                  | 19:30 ~ 20:30         | Basic 🌱       |               |  |  |
| Pilates Cardio            | Basic 🌱               |               |               |                   |                  | Mana.O                |               |               |  |  |
| Noa.M                     | Mana.O                |               |               |                   |                  |                       |               |               |  |  |
| 21:00 ~ 22:00             | 21:00 ~ 22:00         | close         | close         | close             | 21:00 ~ 22:00    |                       |               |               |  |  |
| Release&Strength          | jump to burn          |               |               |                   | Pilates Cardio   |                       |               |               |  |  |
| haruka.T                  | haruka.T              |               |               |                   | Noa.M            |                       |               |               |  |  |