

pilatesK		イオン名西店		【 10/01 ~ 10/08 】		スケジュール		2026/09/13 更新									
10/01		10/02		10/03		10/04		10/05		10/06		10/07		10/08			
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			
		Beauty Conditioning 🌿		Back & Arm 🌿		Basic 🌿				Waist 🌿		Shape up waist					
		Yukina.K		Haruka.K		Anzu.M				Yukina.K		Kayan.C					
		12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30				12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00					
		Waist 🌿		Basic 🌿		Pilates Workout				Basic 🌿		Pre Basic 🌿					
		Haruna.F		Haruna.F		Yukina.K				Anzu.M		Saki.Y					
		13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30		14:30 ~ 15:30				13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30					
		Pilates Workout		Body Balance		Waist 🌿				Beauty Conditioning 🌿		Hip & Leg 🌿					
		Yukina.K		Yukina.K		Haruna.F				Yukina.K		Haruka.K					
		close		15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30				close		close				close	
				Hip & Leg 🌿		Back & Arm 🌿											
				Haruka.K		Haruka.K											
				16:30 ~ 17:30													
Waist 🌿																	
Haruna.F																	
18:00 ~ 19:00																	
jump to burn																	
Yukina.K																	
18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		close		close		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00					
Body Balance		Pilates Barre						Hip & Leg 🌿		Waist 🌿		Basic 🌿					
Haruka.K		Kayan.C						Haruka.K		Haruna.F		Haruna.F					
19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30						19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30					
Hip & Leg 🌿		Basic 🌿						Back & Arm 🌿		jump to burn		Back & Arm 🌿					
Saki.Y		Anzu.M						Yukina.K		Yukina.K		Yukina.K					
21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00							
Basic 🌿		Release&Strength				Body Balance		Basic 🌿		Hip & Leg 🌿							
Anzu.M		Saki.Y				Haruka.K		Haruna.F		Haruka.K							

pilatesK イナカ名西店		【 10/09 ~ 10/16 】 スケジュール						
10/09	10/10	10/11	10/12	10/13	10/14	10/15	10/16	
金	土	日	月	火	水	木	金	
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	
Hip&Leg 🌿	Pilates Barre	Waist 🌿		Basic 🌿	Pre Basic 🌿		Pilates Workout	
Saki.Y	Kayan.C	Haruna.F		Anzu.M	Saki.Y		Yukina.K	
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	
Pre Basic 🌿	Waist 🌿	Basic 🌿		Back&Arm 🌿	Release&Strength		Hip&Leg 🌿	
Saki.Y	Haruna.F	Haruna.F		Haruka.K	Saki.Y		Saki.Y	
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	
Beauty Conditioning 🌿	Basic 🌿	Hip&Leg 🌿		Body Balance	Basic 🌿		Release&Strength	
Yukina.K	Anzu.M	Haruka.K		Haruka.K	Anzu.M		Saki.Y	
close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close	close		close	close
	Waist 🌿	Pilates Workout						
	Haruna.F	Yukina.K						
	16:30 ~ 17:30	close						
	jump to burn							
	Kayan.C							
	18:00 ~ 19:00							
Basic 🌿								
Anzu.M	close							
18:00 ~ 19:00		close						
Back&Arm 🌿			18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
Haruka.K			Pre Basic 🌿		Basic 🌿	Waist 🌿	Basic 🌿	
19:30 ~ 20:30			Saki.Y		Haruna.F	Haruna.F	Anzu.M	
Body Balance			19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
Haruka.K			Pilates Workout	Waist 🌿	Basic 🌿	Pilates Barre		
21:00 ~ 22:00	Yukina.K		Haruna.F	Anzu.M	Kayan.C			
Basic 🌿	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				
Anzu.M	Hip&Leg 🌿	Back&Arm 🌿	jump to burn	Beauty Conditioning 🌿				
	Saki.Y	Haruka.K	Yukina.K	Yukina.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時間前を切った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 イナカ名西店		【 10/17 ~ 10/24 】 スケジュール						2026/09/13 更新		
10/17	10/18	10/19	10/20	10/21	10/22	10/23	10/24			
土	日	月	火	水	木	金	土			
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30			
Basic 🇯🇵	jump to burn		Beauty Conditioning 🇯🇵	Basic 🇯🇵		Back&Arm 🇯🇵	Pilates Barre			
Haruna.F	Yukina.K		Yukina.K	Anzu.M		Haruka.K	Kayan.C			
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00			
Body Balance	Back&Arm 🇯🇵		Basic 🇯🇵	Back&Arm 🇯🇵		Basic 🇯🇵	Hip&Leg 🇯🇵			
Haruka.K	Yukina.K		Anzu.M	Yukina.K		Haruna.F	Anzu.M			
13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30			
Pilates Barre	Basic 🇯🇵		Pilates Workout	Pre Basic 🇯🇵		Waist 🇯🇵	Release&Strength			
Kayan.C	Anzu.M		Yukina.K	Saki.Y		Haruna.F	Saki.Y			
15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close	close		close	close	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	
Pre Basic 🇯🇵	Waist 🇯🇵							Basic 🇯🇵		
Saki.Y	Haruna.F							Anzu.M		
16:30 ~ 17:30	close							16:30 ~ 17:30	jump to burn	
Shape up waist								Kayan.C		
Kayan.C								18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	Pre Basic 🇯🇵
Waist 🇯🇵								Saki.Y		
Haruna.F		close			close			close	close	
close										
	18:00 ~ 19:00									18:00 ~ 19:00
	Shape up waist		Hip&Leg 🇯🇵	Back&Arm 🇯🇵		Body Balance				
	Kayan.C	Haruka.K	Haruka.K	Haruka.K						
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30						
Release&Strength	Pilates Barre	Hip&Leg 🇯🇵	Pre Basic 🇯🇵	close						
Saki.Y	Kayan.C	Anzu.M	Saki.Y							
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00							
Pilates Barre	Waist 🇯🇵	Basic 🇯🇵	Hip&Leg 🇯🇵							
Kayan.C	Haruna.F	Haruna.F	Saki.Y							

pilatesK 伊豆の名西店		【 10/25 ~ 10/31 】				スケジュール				
10/25	10/26	10/27	10/28	10/29	10/30	10/31				
日	月	火	水	木	金	土				
10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30				
Body Balance		Hip & Leg 🌿	Shape up waist		jump to burn	Pre Basic 🌿				
Haruka.K		Anzu.M	Kayan.C		Yukina.K	Kayan.C				
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00			
Waist 🌿		Pre Basic 🌿	Pilates Barre			Body Balance	Back & Arm 🌿			
Yukina.K		Saki.Y	Kayan.C			Yukina.K	Haruka.K			
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30			
Back & Arm 🌿		Basic 🌿	Release&Strength			Back & Arm 🌿	Waist 🌿			
Haruka.K		Anzu.M	Saki.Y			Haruka.K	Haruna.F			
16:30 ~ 17:30							close	15:00 ~ 16:00		
Pilates Workout								Basic 🌿		
Yukina.K								Haruna.F		
close									16:30 ~ 17:30	
									Beauty Conditioning 🌿	
									Yukina.K	
									18:00 ~ 19:00	
								Hip & Leg 🌿		
								Anzu.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。