

スケジュール

2026/09/24

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	10:30 ~ 11:30	close		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close		close			
		Back&Arm 🌱	jump to burn	Shape up waist	Hip&Leg 🌱										
		mizuki.o	Momoka.C	Kanna.A	Kanna.A										
		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 13:00										
		Hip&Leg 🌱	Basic 🌱	Pilates Barre	Waist 🌱										
		Momoka.C	Yuino.K	mizuki.o	mizuki.o										
		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	13:30 ~ 14:30										
		Basic 🌱	Hip&Leg 🌱	Body Balance	Pre Basic 🌱										
		mizuki.o	Yuino.K	Kanna.A	Ayumu.T										
		close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	15:00 ~ 16:00			14:00 ~ 15:00							
			Back&Arm 🌱	Basic 🌱	Pilates Barre			Beauty Conditioning 🌱							
			Momoka.C	mizuki.o	mizuki.o			Kanna.A							
close	close		close	Shape up waist											
				Kanna.A											
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	close	close	17:30 ~ 18:30	Body Balance	close									
Pilates Barre	Pre Basic 🌱			Ayumu.T											
mizuki.o	Kanna.A			close	18:00 ~ 19:00	17:30 ~ 18:30									
19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00				Waist 🌱	Basic 🌱									
Shape up waist	Waist 🌱				mizuki.o	Ayami.I									
Kanna.A	Momoka.C				19:30 ~ 20:30	19:00 ~ 20:00									
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30				Release&Strength	Waist 🌱									
Basic 🌱	Body Balance	Kanna.A	mizuki.o												
mizuki.o	Kanna.A	21:00 ~ 22:00	20:30 ~ 21:30												
		mizuki.o	Ayami.I												

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				
Waist 🍌🍌	Pilates Barre	Release&Strength		Waist 🍌🍌	jump to burn		Basic 🍌🍌				
Momoka.C	mizuki.o	Momoka.C		Momoka.C	Momoka.C		mizuki.o				
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00				
jump to burn	Hip & Leg 🍌🍌	Basic 🍌🍌		Body Balance	Basic 🍌🍌		Release&Strength				
Momoka.C	Kanna.A	mizuki.o		Kanna.A	mizuki.o		MIZUKI.t				
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30				
Back & Arm 🍌🍌	Waist 🍌🍌	jump to burn		Hip & Leg 🍌🍌			Pilates Barre				
Ayami.I	mizuki.o	Momoka.C		Momoka.C			mizuki.o				
close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close			close	close			
	Body Balance	Back & Arm 🍌🍌									
	Kanna.A	mizuki.o									
	close	close									
17:30 ~ 18:30											
Pre Basic 🍌🍌											
Kanna.A											
17:30 ~ 18:30	close	close			17:30 ~ 18:30				17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30
Hip & Leg 🍌🍌					Basic 🍌🍌				Hip & Leg 🍌🍌	Release&Strength	Waist 🍌🍌
Kanna.A			Ayami.I		Yuino.K	Momoka.C			Kanna.A		
19:00 ~ 20:00			19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00					
Basic 🍌🍌			Shape up waist	Pilates Barre	Back & Arm 🍌🍌	Pre Basic 🍌🍌					
Ayami.I			Kanna.A	mizuki.o	Kanna.A	MIZUKI.t					
20:30 ~ 21:30			20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30					
Shape up waist	Back & Arm 🍌🍌	Waist 🍌🍌	jump to burn	Beauty Conditioning 🍌🍌							
Kanna.A	Ayami.I	Yuino.K	Momoka.C	Kanna.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 イーモール新利府店		【 10/17 ~ 10/24 】 スケジュール						2026/09/24 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	
Pre Basic 🌱	Hip & Leg 🌱		Pilates Barre	Back & Arm 🌱		Hip & Leg 🌱	Waist 🌱	
Kanna.A	MIZUKI.t		mizuki.o	mizuki.o		Kanna.A	Momoka.C	
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	
Waist 🌱	Back & Arm 🌱		Hip & Leg 🌱	Waist 🌱		Pilates Barre	Pre Basic 🌱	
mizuki.o	mizuki.o		Momoka.C	Momoka.C		mizuki.o	Kanna.A	
13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	
Body Balance	Beauty Conditioning 🌱		Back & Arm 🌱			Waist 🌱	Release&Strength	
Kanna.A	MIZUKI.t		mizuki.o			mizuki.o	Momoka.C	
15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close			close	close	15:00 ~ 16:00
Basic 🌱	Pilates Barre							Shape up waist
mizuki.o	mizuki.o							Kanna.A
close	close							close
17:30 ~ 18:30								17:30 ~ 18:30
Back & Arm 🌱								Hip & Leg 🌱
mizuki.o								Momoka.C
close			17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	close	
			Pre Basic 🌱	Body Balance	Waist 🌱	Back & Arm 🌱		
			MIZUKI.t	Kanna.A	Momoka.C	Ayami.I		
			19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00		
			jump to burn	Basic 🌱	Body Balance	Beauty Conditioning 🌱		
			Momoka.C	mizuki.o	Kanna.A	Kanna.A		
	20:30 ~ 21:30		20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30			
	Release&Strength		Shape up waist	Hip & Leg 🌱	Basic 🌱			
MIZUKI.t	Kanna.A		Momoka.C	Ayami.I				

pilatesK 休モール新利府店		【 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				
Basic 🌱		Hip & Leg 🌱	Release&Strength		Basic 🌱	Beauty Conditioning 🌱				
Ayami.I		Momoka.C	MIZUKI.t		Ayami.I	Kanna.A				
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00				
jump to burn		Pre Basic 🌱	Basic 🌱		Hip & Leg 🌱	Pilates Barre				
Momoka.C		Kanna.A	mizuki.o		Momoka.C	mizuki.o				
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30				
Back & Arm 🌱		jump to burn			Back & Arm 🌱	Pre Basic 🌱				
Ayami.I		Momoka.C			Ayami.I	Kanna.A				
16:30 ~ 17:30		close			close	close	15:00 ~ 16:00			
Hip & Leg 🌱							jump to burn			
Momoka.C							Momoka.C			
close							close	close	close	17:30 ~ 18:30
										Waist 🌱
										Momoka.C
										17:30 ~ 18:30
	Waist 🌱		Shape up waist	Hip & Leg 🌱						jump to burn
	mizuki.o		Kanna.A	Yuino.K						Momoka.C
	19:00 ~ 20:00		19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00						19:00 ~ 20:00
	Body Balance	Back & Arm 🌱	Pilates Barre	Pre Basic 🌱						
	Kanna.A	mizuki.o	mizuki.o	Kanna.A						
	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30						
Back & Arm 🌱	Hip & Leg 🌱	Basic 🌱	Body Balance							
mizuki.o	Kanna.A	Yuino.K	Kanna.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。