

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 Hip & Leg 🌿 Mai.O	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg 🌿 Rino.S	close	close	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg 🌿 Rino.S	close	close			
	12:00 ~ 13:00 Back & Arm 🌿 ASUKA.K	12:00 ~ 13:00 Basic 🌿 AYUMI.T			12:00 ~ 13:00 Basic 🌿 AYUMI.T					
	13:30 ~ 14:30 Beauty Conditioning 🌿 Mai.O	13:30 ~ 14:30 Back & Arm 🌿 ASUKA.K			13:30 ~ 14:30 Back & Arm 🌿 ASUKA.K			14:00 ~ 15:00 Hip & Leg 🌿 Rino.S		
	close	15:00 ~ 16:00 Pre Basic 🌿 Rino.S			15:00 ~ 16:00 Waist 🌿 AYUMI.T			15:30 ~ 16:30 Basic 🌿 AYUMI.T		
		close			close					
		close								
		17:30 ~ 18:30 Waist 🌿 AYUMI.T				17:30 ~ 18:30 Basic 🌿 ASUKA.K				
		18:00 ~ 19:00 Beauty Conditioning 🌿 Mai.O			18:00 ~ 19:00 Basic 🌿 Rino.S	close		close	18:00 ~ 19:00 Waist 🌿 Rino.S	18:00 ~ 19:00 Back & Arm 🌿 AYUMI.T
	19:30 ~ 20:30 Pre Basic 🌿 Rino.S	19:30 ~ 20:30 Waist 🌿 AYUMI.T			19:30 ~ 20:30 Basic 🌿 AYUMI.T				19:30 ~ 20:30 Basic 🌿 ASUKA.K	
	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg 🌿 Mai.O	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg 🌿 Rino.S			21:00 ~ 22:00 Back & Arm 🌿 Rino.S				21:00 ~ 22:00 Waist 🌿 AYUMI.T	

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	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30
Pre Basic 🍃	Basic 🍃		Back & Arm 🍃	Basic 🍃	Waist 🍃		Basic 🍃
Rino.S	Rino.S		AYUMI.T	Mai.O	AYUMI.T		ASUKA.K
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00
Waist 🍃	Hip & Leg 🍃		Beauty Conditioning 🍃	Waist 🍃	Basic 🍃		Hip & Leg 🍃
ASUKA.K	Mai.O		Mai.O	AYUMI.T	Mai.O		Rino.S
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30
Hip & Leg 🍃	Pre Basic 🍃		Waist 🍃	Beauty Conditioning 🍃		Waist 🍃	
Rino.S	Rino.S		ASUKA.K	Mai.O		ASUKA.K	
close	15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00	close		close	
	Back & Arm 🍃		Basic 🍃				
	AYUMI.T		AYUMI.T				
	close		close				
17:30 ~ 18:30	Beauty Conditioning 🍃	17:30 ~ 18:30	Hip & Leg 🍃	close			
Mai.O	Mai.O	Mai.O					
18:00 ~ 19:00	close	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
Beauty Conditioning 🍃			Back & Arm 🍃	Hip & Leg 🍃	Basic 🍃	Hip & Leg 🍃	
Mai.O			ASUKA.K	Rino.S	AYUMI.T	Mai.O	
19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
Back & Arm 🍃			Pre Basic 🍃	Back & Arm 🍃	Hip & Leg 🍃	Basic 🍃	
AYUMI.T			Rino.S	AYUMI.T	Rino.S	AYUMI.T	
21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
Basic 🍃			Waist 🍃	Pre Basic 🍃	Back & Arm 🍃	Beauty Conditioning 🍃	
Mai.O			ASUKA.K	Rino.S	AYUMI.T	Mai.O	

🍃：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 ヨシツヤ津島北テラス		【 10/17 ~ 10/24 】 スケジュール						2026/09/12 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	close	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
Beauty Conditioning 🌿			Waist 🌿	Beauty Conditioning 🌿		Waist 🌿	Back & Arm 🌿	
Mai.O			Rino.S	Mai.O		ASUKA.K	ASUKA.K	
12:00 ~ 13:00			12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	
Back & Arm 🌿			Back & Arm 🌿	Hip & Leg 🌿		Basic 🌿	Basic 🌿	
AYUMI.T			AYUMI.T	Rino.S		Mai.O	AYUMI.T	
13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30
Basic 🌿			Pre Basic 🌿			Back & Arm 🌿	Waist 🌿	
Rino.S			Rino.S			ASUKA.K	ASUKA.K	
15:00 ~ 16:00			close			close	close	15:00 ~ 16:00
Hip & Leg 🌿								Basic 🌿
Mai.O								ASUKA.K
close								close
17:30 ~ 18:30			17:30 ~ 18:30					
Pre Basic 🌿			Back & Arm 🌿					
Rino.S			AYUMI.T					
close	close	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	
			Basic 🌿	Back & Arm 🌿	Waist 🌿	Back & Arm 🌿		
			ASUKA.K	AYUMI.T	ASUKA.K	AYUMI.T		
			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
			Waist 🌿	Waist 🌿	Basic 🌿	Beauty Conditioning 🌿		
			AYUMI.T	ASUKA.K	AYUMI.T	Mai.O		
			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		
Back & Arm 🌿	Basic 🌿	Hip & Leg 🌿	Basic 🌿					
ASUKA.K	AYUMI.T	Mai.O	AYUMI.T					

pilatesK ヨシツヤ津島北テラス		【 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							
close	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30							
		Back & Arm 🏋️	Basic 🏋️		Hip & Leg 🏋️	Waist 🏋️							
		AYUMI.T	Maki.H		Rino.S	ASUKA.K							
		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00							
		Pre Basic 🏋️	Beauty Conditioning 🏋️		Beauty Conditioning 🏋️	Hip & Leg 🏋️							
		Rino.S	Mai.O		Mai.O	Mai.O							
		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30							
		Waist 🏋️			Pre Basic 🏋️	Basic 🏋️							
		AYUMI.T			Rino.S	Rino.S							
		close			close	close	15:00 ~ 16:00						
							Back & Arm 🏋️						
							ASUKA.K						
							close						
							17:30 ~ 18:30						
							Beauty Conditioning 🏋️						
							Mai.O						
			close				close	close	close				
										18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
										Hip & Leg 🏋️	Basic 🏋️	Back & Arm 🏋️	Basic 🏋️
		Mai.O			ASUKA.K	ASUKA.K				Nanako.K			
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30									
Basic 🏋️	Hip & Leg 🏋️	Waist 🏋️		Hip & Leg 🏋️									
Rino.S	Mai.O	Rino.S		Mai.O									
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00									
Beauty Conditioning 🏋️	Waist 🏋️	Basic 🏋️		Waist 🏋️									
Mai.O	ASUKA.K	ASUKA.K		Nanako.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。