

pilatesK		MEGAドン・キホーテUNY鈴鹿		【 10/01 ~ 10/08 】		スケジュール		2026/10/02 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	close	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close					
	jump to burn	Back & Arm 🇯🇵			Waist 🇯🇵	Back & Arm 🇯🇵						
	Akane.S	Momoka.W			Haruna.F	Momoka.W						
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00			12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30						
	Basic 🇯🇵	Beauty Conditioning 🇯🇵			Basic 🇯🇵	Pre Basic 🇯🇵						
	Akane.S	Akane.S			Momoka.W	Akane.S						
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30	close						
	Hip & Leg 🇯🇵	Basic 🇯🇵			Waist 🇯🇵							
	Natsuki.K	Momoka.W			Haruna.F							
	close	15:00 ~ 16:00			close							
		Hip & Leg 🇯🇵										
		Akane.S										
		close										
17:30 ~ 18:30	Back & Arm 🇯🇵											
Momoka.W												
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00							
Pre Basic 🇯🇵	Back & Arm 🇯🇵		jump to burn	Body Balance	Hip & Leg 🇯🇵							
Akane.S	Momoka.W		Akane.S	ASUKA.K	Honoka.T							
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30							
Back & Arm 🇯🇵	Beauty Conditioning 🇯🇵		Back & Arm 🇯🇵	Hip & Leg 🇯🇵	Basic 🇯🇵							
Momoka.W	Akane.S		Momoka.W	Akane.S	Momoka.W							
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00						
Body Balance	Basic 🇯🇵		Hip & Leg 🇯🇵	Basic 🇯🇵	Waist 🇯🇵							
Akane.S	Momoka.W		Akane.S	ASUKA.K	Honoka.T							

pilatesK		MEGAドン・キホーテUNY鈴鹿		【 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		10:30 ~ 11:30		close		10:30 ~ 11:30	
Body Balance		Body Balance						Hip & Leg 🌿		Basic 🌿				Back & Arm 🌿	
Akane.S		Akane.S						Akane.S		Momoka.W				KASUMI.H	
12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00						12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30				12:00 ~ 13:00	
Waist 🌿		Hip & Leg 🌿						Waist 🌿		Hip & Leg 🌿				Basic 🌿	
urara.m		Aya.K						Yukna.K		Haruka.K				Momoka.W	
13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30						13:30 ~ 14:30		close				13:30 ~ 14:30	
jump to burn		Beauty Conditioning 🌿						Back & Arm 🌿						Waist 🌿	
Akane.S		Akane.S						Yukina.K						KASUMI.H	
close		15:00 ~ 16:00						close		close				close	
		Basic 🌿													
		Aya.K													
		close													
		17:30 ~ 18:30													
Pre Basic 🌿															
Akane.S															
18:00 ~ 19:00		close		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00			
Basic 🌿				Basic 🌿		Beauty Conditioning 🌿		Basic 🌿		Hip & Leg 🌿					
Momoka.W				Momoka.W		Akane.S		Akane.S		Saki.Y					
19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30					
Waist 🌿				Body Balance		Basic 🌿		Waist 🌿		Pre Basic 🌿					
urara.m				Akane.S		Momoka.W		MAI.I		Saki.Y					
21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00					
Back & Arm 🌿		Basic 🌿		jump to burn		Hip & Leg 🌿		Body Balance							
Momoka.W		Momoka.W		Akane.S		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鈴鹿		【 10/17 ~ 10/24 】				スケジュール		2026/10/02	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	
Basic👉						Waist👉		Basic👉				Basic👉		Pre Basic👉	
Momoka.W						Koto.A		Anzu.M				Akane.S		Akane.S	
12:00 ~ 13:00						12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30				12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	
Waist👉						Basic👉		jump to burn				Hip & Leg👉		Basic👉	
urara.m						Momoka.W		mei				Erena.S		Momoka.W	
13:30 ~ 14:30						13:30 ~ 14:30		close				13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	
Back & Arm👉						Back & Arm👉						Waist👉		Hip & Leg👉	
Momoka.W						Momoka.W						Erena.S		Akane.S	
15:00 ~ 16:00						close						close		close	
Basic👉		Back & Arm👉													
urara.m		Momoka.W													
close		close													
17:30 ~ 18:30		close		close		18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	
Waist👉						Body Balance				Basic👉		Hip & Leg👉		Back & Arm👉	
Momoka.W						Akane.S				Momoka.W		Akane.S		Momoka.W	
close						19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30			
						Basic👉		Hip & Leg👉		jump to burn		Basic👉			
						Momoka.W		Akane.S		Akane.S		Momoka.W			
						21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00			
						Beauty Conditioning👉		Back & Arm👉		Basic👉		jump to burn			
Akane.S						Momoka.W		Momoka.W		Akane.S					

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

 : 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。