

pilatesK イオンタウン稲毛長沼		【 10/01 ~ 10/08 】		スケジュール		2026/10/01 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
	Body Balance	Basic			Hip&Leg	Pre Basic	
	Kurumi.U	未確定			Kayoko.T	Kurumi.U	
	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30			12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	
	Pre Basic	Waist			Basic	Waist	
	Kurumi.U	Reiko.R			未確定	Kayoko.T	
	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30			13:30 ~ 14:30		
	Hip&Leg	Beauty Conditioning			Pre Basic		
	Kayoko.T	Kurumi.U			Kayoko.T		
	close	16:30 ~ 17:30					
		Back&Arm					
		Kurumi.U					
	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
Body Balance	Basic	close	Basic	Basic	Hip&Leg		
Kayoko.T	Nanae.Y		未確定	未確定	izumi.y		
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
Back&Arm	Waist		Back&Arm	Body Balance	Waist		
Kayoko.T	Kayoko.T		Kurumi.U	Kurumi.U	Kurumi.U		
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		
Basic	Back&Arm		Waist	Basic	Beauty Conditioning		
未確定	Nanae.Y		Kurumi.U	未確定	izumi.y		

pilatesK イオンタウン稲毛長沼		【 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	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	
Basic	Back&Arm		Basic	Back&Arm	Hip&Leg		Back&Arm	
未確定	Kurumi.U		Kurumi.U	未確定	Kayoko.T		Kurumi.U	
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	
Hip&Leg	Basic		Body Balance	Beauty Conditioning	Basic		Basic	
Kayoko.T	未確定		mai.h	Kurumi.U	未確定		未確定	
13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		14:30 ~ 15:30	13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30	
Basic	Waist		Back&Arm	Basic			Waist	
未確定	Kurumi.U		Kurumi.U	未確定			Kurumi.U	
close	16:30 ~ 17:30		16:30 ~ 17:30	close			close	close
	Hip&Leg	Pre Basic						
	sachi.s	mai.h						
	close	close	close		close			
						18:00 ~ 19:00		
Waist				Hip&Leg		Pre Basic	Back&Arm	Hip&Leg
Karen.T				Kayoko.T		Kurumi.U	izumi.y	Kayoko.T
19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
Back&Arm		Pre Basic	Waist	Body Balance	Basic			
asuka		Kurumi.U	Kayoko.T	Kayoko.T	未確定			
21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
Waist		Body Balance	Back&Arm	Hip&Leg	Body Balance			
Karen.T		Kayoko.T	Kurumi.U	izumi.y	Kayoko.T			

・体験可能レッスン
 ・クラスの曜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 週間前までにお願ひしております。
 ・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 イオンタウン稲毛長沼		【 10/17 ~ 10/24 】 スケジュール						2026/10/01 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			Basic	Back & Arm		Waist	Basic				
未確定			未確定	Kurumi.U		Kurumi.U	未確定				
12:30 ~ 13:30			12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30				
Hip & Leg			Back & Arm	Body Balance		Beauty Conditioning	Body Balance				
Kayoko.T			Kayoko.T	Kurumi.U		Kurumi.U	Kurumi.U				
14:30 ~ 15:30			13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30				
Basic			Waist			Basic	Waist				
未確定			Kayoko.T			未確定	Kurumi.U				
16:30 ~ 17:30			close			close	close	16:30 ~ 17:30			
Back & Arm								Basic			
Kayoko.T								未確定			
close								close	close	close	close