

pilatesK イオンタウン稲毛長沼		【 10/01 ~ 10/08 】		スケジュール		2026/10/07 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	Karen.T			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	Kurumi.U			Kayoko.T	Kayoko.T	
	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30			13:30 ~ 14:30	close	
	Hip&Leg	Beauty Conditioning			Pre Basic		
	Kayoko.T	Kurumi.U			Kurumi.U		
	close	16:30 ~ 17:30			close		
		Basic					
		Karen.T					
	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			close	18:00 ~ 19:00	
Body Balance	Basic	Basic	Waist	Hip&Leg			
Kayoko.T	Nanae.Y	Kayoko.T	MOMOKA.A	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	Waist	Body Balance	Waist			
Kayoko.T	Kayoko.T	Reiko.R	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	Back&Arm	Basic	Beauty Conditioning			
未確定	Nanae.Y	Kurumi.U	MOMOKA.A	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	Waist	Hip&Leg		Back&Arm	
Kayoko.T	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	sachi.s		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	close		13:30 ~ 14:30	
Pre Basic	Waist		Back&Arm	Basic			Waist	
Kurumi.U	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		
Basic				Hip&Leg		Pre Basic	Back&Arm	Hip&Leg
sachi.s				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			
Kurumi.U		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	21:00 ~ 22:00		
Hip&Leg		Body Balance	Back&Arm	Hip&Leg	Body Balance			
sachi.s		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時間前まで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。

2026/10/07 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				
izumi.y			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				
izumi.y			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						
								18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
								Basic	Hip&Leg	Waist	Basic
			未確定			Kayoko.T	Kayoko.T	Kurumi.U			
			19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
			Back&Arm			Basic	Hip&Leg	Body Balance			
Kurumi.U	未確定	sachi.s	Kayoko.T								
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00					
Beauty Conditioning	Waist	Basic	Back&Arm								
Kurumi.U	Kayoko.T	未確定	Kayoko.T								

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									
		Waist	Beauty Conditioning		Basic	Pre Basic									
		Kayoko.T	Kurumi.U		未確定	Kurumi.U									
		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30									
		Pre Basic	Hip&Leg		Body Balance	Basic									
		Kurumi.U	Kayoko.T		Izumi.y	未確定									
		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30									
		Back&Arm			Back&Arm	Hip&Leg									
		Kayoko.T			Izumi.y	Kayoko.T									
		close			close	16:30 ~ 17:30	close								
						Body Balance									
						Kurumi.U									
						18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close				
												Body Balance	Waist	Hip&Leg	Waist
												Kurumi.U	Kurumi.U	Kayoko.T	Kayoko.T
		19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30					19:30 ~ 20:30			
Basic	Pre Basic	Beauty Conditioning	Basic												
未確定	Kayoko.T	Kurumi.U	未確定												
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00												
Back&Arm	Basic	Waist	Hip&Leg												
Kurumi.U	未確定	Kurumi.U	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週間前迄にお願いしております。
 ・レッスン開始時間1時間前を切った後のキャンセルは時間外回数にカウントとなります。
 ※初回キャンセルが月2回以上で、翌月の予約可能回数が1回に制限されます。