

pilatesK イオンタウン稲毛長沼		【 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
	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			未確定	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			Kayoko.T		
	close	16:30 ~ 17:30			close		
Basic 🌱							
Karen.T							
close		close					
			close	close			
	close				close		
						close	close
close		close					
			close	close			
	close				close		
						close	close
close		close					
			close	close			
	close				close		
						close	close
close		close					
			close	close			
	close				close		
						close	close
close		close					
			close	close			
	close				close		
						close	close
close		close					
			close	close			
	close				close		
						close	close
close		close					
			close	close			
	close				close		
						close	close
close		close					
			close	close			
	close				close		
						close	close
close		close					
			close	close			
	close				close		
						close	close
close		close					
			close	close			
	close				close		
						close	close
close		close					
			close	close			
	close				close		
						close	close
close		close					
			close	close			
	close				close		
						close	close
close		close					
			close	close			
	close				close		
						close	close
close		close					
			close	close			
	close				close		
						close	close
close		close					
			close	close			
	close				close		
						close	close
close		close					
			close	close			
	close				close		
						close	close
close		close					
			close	close			
	close				close		
						close	close
close		close					
			close	close			
	close				close		
						close	close
close		close					
			close	close			
	close				close		
						close	close
close		close					
			close	close			
	close				close		
						close	close
close		close					
			close	close			
	close				close		
						close	close
close		close					
			close	close			
	close				close		
						close	close
close		close					
			close	close			
	close				close		
						close	close
close		close					
			close	close			
	close				close		
						close	close
close		close					
			close	close			
	close				close		
						close	close
close		close					
			close	close			
	close				close		
						close	close
close		close					
			close	close			
	close				close		
						close	close
close		close					
			close	close			
	close				close		
						close	close
close		close					
			close	close			
	close				close		
						close	close
close		close					
			close	close			
	close				close		
						close	close
close		close					
			close	close			
	close				close		
						close	close
close		close					
			close	close			
	close				close		
						close	close
close		close					
			close	close			
	close				close		
						close	close
close		close					
			close	close			
	close				close		
						close	close
close		close					
			close	close			
	close				close		
						close	close
close		close					
			close	close			
	close				close		
						close	close

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	close	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 🏊
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	close		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
	Hip & Leg 🏊		Pre Basic 🏊				
	sachi.s		mai.h				
18:00 ~ 19:00	close	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	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。

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				
												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			
	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	close	16:30 ~ 17:30
							Body Balance
							Kurumi.U
							close
		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。