

pilatesK イオンタウン名西店		【 11/01 ~ 11/08 】		スケジュール		2026/10/14 更新					
11/01	11/02	11/03	11/04	11/05	11/06	11/07	11/08				
日	月	火	水	木	金	土	日				
close	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30				
		Back & Spine	Shape up waist		Hip & Leg	Basic	Beauty Conditioning				
		Saki.Y	Kayan.C		Anzu.M	Anzu.M	Yukina.K				
		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30				
		Pre Basic	Hip & Leg		Basic	Body Balance	jump to burn				
		Saki.Y	Saki.Y		Haruna.F	Haruka.K	Yukina.K				
		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30				
		Hip & Leg	Pilates Barre		Waist	Back & Arm	Basic				
		Anzu.M	Kayan.C		Haruna.F	Haruka.K	Haruna.F				
		15:00 ~ 16:00	close		close	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30			
		Beauty Conditioning					Pilates Workout	Back & Spine			
		Yukina.K					Yukina.K	Saki.Y			
		16:30 ~ 17:30					16:30 ~ 17:30	close			
		Basic					Beauty Conditioning				
		Anzu.M		Yukina.K							
		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00			Hip & Leg				
		Pilates Workout		Anzu.M							
		Yukina.K		close							
		close					18:00 ~ 19:00		Back & Arm	Shape up waist	Basic
							Haruka.K		Kayan.C	Anzu.M	
							19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
							Pre Basic	Hip & Leg	Body Balance		
							Saki.Y	Anzu.M	Haruka.K		
			21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00					
			Body Balance		Basic	Back & Arm					
			Haruka.K	Anzu.M	Haruka.K						

pilatesK イオンタウン名西店		【 11/09 ~ 11/16 】 スケジュール						
11/09	11/10	11/11	11/12	11/13	11/14	11/15	11/16	
月	火	水	木	金	土	日	月	
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	
Basic	Pilates Workout	Pre Basic		Waist	Hip&Leg	Back&Arm		
Haruna.F	Yukina.K	Saki.Y		Haruna.F	Haruka.K	Saki.Y		
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		
Back&Spine	Beauty Conditioning	jump to burn		Body Balance	Pre Basic	Hip&Leg		
Saki.Y	Yukina.K	Yukina.K		Haruka.K	Saki.Y	Anzu.M		
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		
Waist	Back&Arm	Back&Spine		Basic	Body Balance	Pilates Workout		
Haruna.F	Haruka.K	Saki.Y		Anzu.M	Haruka.K	Yukina.K		
close	close	close		close	close	15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30
						Waist		Basic
						Haruna.F		Anzu.M
						16:30 ~ 17:30		
						Back&Spine		
						Saki.Y		
						18:00 ~ 19:00		
						Basic		
Haruna.F								
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	close		
Back&Arm	Basic	Beauty Conditioning	Hip&Leg	Pilates Barre				
Haruka.K	Anzu.M	Yukina.K	Anzu.M	Kayan.C				
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				
Pre Basic	Body Balance	Hip&Leg	Basic	Shape up waist				
Saki.Y	Haruka.K	Haruka.K	Anzu.M	Kayan.C				
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				
Body Balance	Hip&Leg	Basic	Pilates Workout	Pre Basic				
Haruka.K	Anzu.M	Haruka.K	Yukina.K	Saki.Y				

・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。

pilatesK イオンタウン名西店		【 11/17 ~ 11/24 】 スケジュール						2026/10/14 更新	
11/17	11/18	11/19	11/20	11/21	11/22	11/23	11/24		
火	水	木	金	土	日	月	火		
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		
Waist	Hip&Leg		Pilates Workout	Basic	Pre Basic		Back&Spine		
Haruna.F	Anzu.M		Yukina.K	Anzu.M	Saki.Y		Saki.Y		
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00		
Pilates Barre	Waist		Back&Spine	Hip&Leg	Back&Arm		Basic		
Kayan.C	Haruna.F		Saki.Y	Anzu.M	Haruka.K		Anzu.M		
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30		
Shape up waist	Basic		Beauty Conditioning	Back&Arm	Hip&Leg		Back&Arm		
Kayan.C	Anzu.M		Yukina.K	Haruka.K	Haruka.K		Haruka.K		
close	close		close	close	15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30	close	close
					Basic		Back&Spine		
					Haruna.F		Saki.Y		
					16:30 ~ 17:30		close		
					Waist				
					Haruna.F				
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	close	18:00 ~ 19:00			
Hip&Leg	Pre Basic	Waist	Basic			Beauty Conditioning			
Anzu.M	Saki.Y	Haruna.F	Anzu.M			Yukina.K			
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30			
Basic	Pilates Workout	Beauty Conditioning	Back&Arm			Waist			
Anzu.M	Yukina.K	Yukina.K	Haruka.K			Haruna.F			
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00			
Back&Spine	Beauty Conditioning	Basic	Body Balance			jump to burn			
Saki.Y	Yukina.K	Haruna.F	Haruka.K			Yukina.K			