

| pilatesK イオンタウン江別 |               | 【 11/01 ~ 11/08 】 |                       | スケジュール        |                       | 2026/10/17 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 | close |       |
|                   |               | Pre Basic 🍌       | Beauty Conditioning 🍌 |               | Basic 🍌               | Back & Arm 🍌  |       |       |
|                   |               | Mizuki.S          | Moeka.K               |               | honoka.m              | honoka.m      |       |       |
|                   |               | 12:00 ~ 13:00     | 12:30 ~ 13:30         |               | 12:00 ~ 13:00         | 12:00 ~ 13:00 |       |       |
|                   |               | Hip & Leg 🍌       | Waist 🍌               |               | Hip & Leg 🍌           | Waist 🍌       |       |       |
|                   |               | yui.N             | Moeka.K               |               | Mizuki.S              | Moeka.K       |       |       |
|                   |               | 13:30 ~ 14:30     | close                 |               | 13:30 ~ 14:30         | 13:30 ~ 14:30 |       |       |
|                   |               | Basic 🍌           |                       |               | Back & Arm 🍌          | Hip & Leg 🍌   |       |       |
|                   |               | honoka.m          |                       |               | honoka.m              | yui.N         |       |       |
|                   |               | 15:00 ~ 16:00     |                       |               | close                 | 15:00 ~ 16:00 |       |       |
|                   |               | Waist 🍌           |                       |               |                       | Basic 🍌       |       |       |
|                   |               | yui.N             |                       | Moeka.K       |                       |               |       |       |
|                   |               | close             |                       | close         |                       |               |       |       |
|                   |               | 17:30 ~ 18:30     |                       | 17:30 ~ 18:30 |                       |               |       |       |
|                   |               | Back & Arm 🍌      |                       | Back & Arm 🍌  |                       |               |       |       |
|                   |               | honoka.m          |                       | yui.N         |                       |               |       |       |
|                   |               | close             | close                 | 16:30 ~ 17:30 | 16:30 ~ 17:30         | 16:30 ~ 17:30 |       | close |
|                   |               |                   |                       | Basic 🍌       | Beauty Conditioning 🍌 | Waist 🍌       |       |       |
|                   |               |                   |                       | honoka.m      | Moeka.K               | Moeka.K       |       |       |
|                   |               |                   |                       | 18:00 ~ 19:00 | 18:00 ~ 19:00         | 18:00 ~ 19:00 |       |       |
| Hip & Leg 🍌       | Pre Basic 🍌   |                   |                       | Basic 🍌       |                       |               |       |       |
| yui.N             | Mizuki.S      |                   |                       | Moeka.K       |                       |               |       |       |
| 19:30 ~ 20:30     | 19:30 ~ 20:30 | 19:30 ~ 20:30     |                       |               |                       |               |       |       |
| Back & Arm 🍌      | Waist 🍌       | Hip & Leg 🍌       |                       |               |                       |               |       |       |
| yui.N             | Moeka.K       | yui.N             |                       |               |                       |               |       |       |

| pilatesK イオンタウン江別     |               | 【 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     |               |       |
| close                 | 10:30 ~ 11:30 | 10:30 ~ 11:30     | close                 | 10:30 ~ 11:30         | 10:30 ~ 11:30         | close | close |               |       |
|                       | Waist 🏊       | Back & Arm 🏊      |                       | Hip & Leg 🏊           | Beauty Conditioning 🏊 |       |       |               |       |
|                       | yui.N         | yui.N             |                       | Mizuki.S              | Moeka.K               |       |       |               |       |
|                       | 12:00 ~ 13:00 | 12:30 ~ 13:30     |                       | 12:00 ~ 13:00         | 12:00 ~ 13:00         |       |       |               |       |
|                       | Basic 🏊       | Hip & Leg 🏊       |                       | Pre Basic 🏊           | Basic 🏊               |       |       |               |       |
|                       | honoka.m      | yui.N             |                       | Mizuki.S              | honoka.m              |       |       |               |       |
|                       | 13:30 ~ 14:30 | close             |                       | 13:30 ~ 14:30         | 13:30 ~ 14:30         |       |       |               |       |
|                       | Hip & Leg 🏊   |                   |                       | Basic 🏊               | Waist 🏊               |       |       |               |       |
|                       | yui.N         |                   |                       | Moeka.K               | Moeka.K               |       |       |               |       |
|                       | close         |                   |                       | close                 | 15:00 ~ 16:00         |       |       | Back & Arm 🏊  |       |
|                       |               |                   |                       |                       | honoka.m              |       |       |               |       |
|                       |               |                   |                       |                       | close                 |       |       |               |       |
|                       |               |                   |                       |                       | 17:30 ~ 18:30         |       |       | Basic 🏊       |       |
|                       |               |                   |                       |                       | Moeka.K               |       |       |               |       |
|                       | 16:30 ~ 17:30 |                   |                       | 16:30 ~ 17:30         | 16:30 ~ 17:30         |       |       | 16:30 ~ 17:30 | close |
|                       | Basic 🏊       |                   |                       | Beauty Conditioning 🏊 | Pre Basic 🏊           |       |       | Basic 🏊       |       |
|                       | Moeka.K       | Moeka.K           |                       | Mizuki.S              | honoka.m              |       |       |               |       |
| 18:00 ~ 19:00         | 18:00 ~ 19:00 | 18:00 ~ 19:00     | 18:00 ~ 19:00         |                       |                       |       |       |               |       |
| Back & Arm 🏊          | Basic 🏊       | Back & Arm 🏊      | Beauty Conditioning 🏊 |                       |                       |       |       |               |       |
| honoka.m              | honoka.m      | honoka.m          | Moeka.K               |                       |                       |       |       |               |       |
| 19:30 ~ 20:30         | 19:30 ~ 20:30 | 19:30 ~ 20:30     | 19:30 ~ 20:30         |                       |                       |       |       |               |       |
| Beauty Conditioning 🏊 | Back & Arm 🏊  | Basic 🏊           | Back & Arm 🏊          |                       |                       |       |       |               |       |
| Moeka.K               | honoka.m      | Mizuki.S          | honoka.m              |                       |                       |       |       |               |       |

 : 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 イオンタウン江別

【 11/17 ~ 11/24 】 スケジュール

2026/10/17 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 | close                 | 10:30 ~ 11:30 | 10:30 ~ 11:30 |               |
| Back & Arm 🏊          | Beauty Conditioning 🏊 |               | Basic 🏊               | Pre Basic 🏊   |                       | Hip & Leg 🏊   | Basic 🏊       |               |
| honoka.m              | Moeka.K               |               | Moeka.K               | Mizuki.S      |                       | yui.N         | honoka.m      |               |
| 12:00 ~ 13:00         | 12:30 ~ 13:30         |               | 12:00 ~ 13:00         | 12:00 ~ 13:00 |                       | 12:00 ~ 13:00 | 12:00 ~ 13:00 | 12:00 ~ 13:00 |
| Waist 🏊               | Basic 🏊               |               | Beauty Conditioning 🏊 | Waist 🏊       |                       | Basic 🏊       | Back & Arm 🏊  |               |
| Mizuki.S              | Moeka.K               |               | Moeka.K               | yui.N         |                       | Moeka.K       | yui.N         |               |
| 13:30 ~ 14:30         | close                 |               | 13:30 ~ 14:30         | 13:30 ~ 14:30 |                       | 13:30 ~ 14:30 | 13:30 ~ 14:30 | 13:30 ~ 14:30 |
| Basic 🏊               |                       |               | Back & Arm 🏊          | Basic 🏊       |                       | Back & Arm 🏊  | Hip & Leg 🏊   |               |
| honoka.m              |                       |               | yui.N                 | Moeka.K       |                       | yui.N         | yui.N         |               |
| close                 |                       |               | close                 | close         |                       | 15:00 ~ 16:00 | 15:00 ~ 16:00 | close         |
|                       |                       |               |                       |               |                       | Hip & Leg 🏊   | Waist 🏊       |               |
|                       |                       |               |                       |               |                       | yui.N         | honoka.m      |               |
|                       |                       |               |                       |               |                       | close         | close         |               |
|                       |                       | 17:30 ~ 18:30 |                       |               |                       | 17:30 ~ 18:30 |               |               |
| Beauty Conditioning 🏊 |                       | Waist 🏊       | Moeka.K               | Moeka.K       |                       |               |               |               |
| 16:30 ~ 17:30         |                       | 16:30 ~ 17:30 | 16:30 ~ 17:30         | 16:30 ~ 17:30 |                       | close         | close         | 16:30 ~ 17:30 |
| Hip & Leg 🏊           |                       | Basic 🏊       | Hip & Leg 🏊           | Waist 🏊       | Beauty Conditioning 🏊 |               |               |               |
| yui.N                 | honoka.m              | yui.N         | yui.N                 | Moeka.K       |                       |               |               |               |
| 18:00 ~ 19:00         | 18:00 ~ 19:00         | 18:00 ~ 19:00 | 18:00 ~ 19:00         | 18:00 ~ 19:00 | 18:00 ~ 19:00         |               |               |               |
| Pre Basic 🏊           | Waist 🏊               | Basic 🏊       | Hip & Leg 🏊           | Basic 🏊       |                       |               |               |               |
| Mizuki.S              | yui.N                 | honoka.m      | yui.N                 | Moeka.K       |                       |               |               |               |
| 19:30 ~ 20:30         | 19:30 ~ 20:30         | 19:30 ~ 20:30 | 19:30 ~ 20:30         | 19:30 ~ 20:30 | 19:30 ~ 20:30         |               |               |               |
| Basic 🏊               | Hip & Leg 🏊           | Waist 🏊       | Back & Arm 🏊          | Waist 🏊       |                       |               |               |               |
| Mizuki.S              | yui.N                 | yui.N         | honoka.m              | yui.N         |                       |               |               |               |

pilatesK イオンタウン江別

【 11/25 ~ 】 スケジュール

| 11/25                 | 11/26                 | 11/27                 | 11/28         | 11/29 | 11/30 |
|-----------------------|-----------------------|-----------------------|---------------|-------|-------|
| 水                     | 木                     | 金                     | 土             | 日     | 月     |
| 10:30 ~ 11:30         | close                 | 10:30 ~ 11:30         | 10:30 ~ 11:30 | close | close |
| Hip&Leg 🏊             |                       | Waist 🏊               | Back&Arm 🏊    |       |       |
| yui.N                 |                       | yui.N                 | yui.N         |       |       |
| 12:30 ~ 13:30         |                       | 12:00 ~ 13:00         | 12:00 ~ 13:00 |       |       |
| Pre Basic 🏊           |                       | Hip&Leg 🏊             | Basic 🏊       |       |       |
| Mizuki.S              |                       | yui.N                 | honoka.m      |       |       |
| close                 |                       | 13:30 ~ 14:30         | 13:30 ~ 14:30 |       |       |
|                       |                       | Basic 🏊               | Hip&Leg 🏊     |       |       |
|                       |                       | honoka.m              | yui.N         |       |       |
|                       |                       | close                 | 15:00 ~ 16:00 |       |       |
|                       |                       |                       | Basic 🏊       |       |       |
|                       |                       |                       | honoka.m      |       |       |
|                       | close                 |                       |               |       |       |
|                       | 17:30 ~ 18:30         |                       |               |       |       |
| Waist 🏊               |                       |                       |               |       |       |
| yui.N                 |                       |                       |               |       |       |
| 16:30 ~ 17:30         | 16:30 ~ 17:30         | 16:30 ~ 17:30         | close         |       |       |
| Basic 🏊               | Waist 🏊               | Back&Arm 🏊            |               |       |       |
| Mizuki.S              | Moeka.K               | honoka.m              |               |       |       |
| 18:00 ~ 19:00         | 18:00 ~ 19:00         | 18:00 ~ 19:00         |               |       |       |
| Beauty Conditioning 🏊 | Back&Arm 🏊            | Beauty Conditioning 🏊 |               |       |       |
| Moeka.K               | honoka.m              | Moeka.K               |               |       |       |
| 19:30 ~ 20:30         | 19:30 ~ 20:30         | 19:30 ~ 20:30         |               |       |       |
| Waist 🏊               | Beauty Conditioning 🏊 | Basic 🏊               |               |       |       |
| Moeka.K               | Moeka.K               | Moeka.K               |               |       |       |

🌱: 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。