

pilatesK浜松メイワン店【1月1日～1月8日スケジュール】

2024年12月29日更新

01/01	01/02	01/03	01/04	01/05	01/06	01/07	01/08
水	木	金	土	日	月	火	水
年末年始休業	年末年始休業	10:30-11:30 Basic Nana	10:30-11:30 Back&Arm Kayoko.T	10:30-11:30 Waist Nao.M	close	10:30-11:30 Shape up Waist Nana	10:30-11:30 Hip&Leg nana.f
		12:00-13:00 Waist nana.f	12:00-13:00 Hip&Leg Nao.M	12:00-13:00 Basic Kayoko.T		12:30-13:30 Stretch & Conditioning Kayoko.T	12:30-13:30 Back&Arm Kayoko.T
		13:30-14:30 Jump to Burn Kayoko.T	13:30-14:30 Pilates Barre Nana	13:30-14:30 Hip&Leg nana.f			
		15:00-16:00 Hip&Leg nana.f	15:00-16:00 Waist Nao.M	15:00-16:00 Release&Strength Kayoko.T			
		17:30-18:30 Back&Arm Kayoko.T	17:30-18:30 Basic Nana			17:30-18:30 Basic Nao.M	17:30-18:30 Release&Strength Nana
						19:00-20:00 Hip&Leg nana.f	19:00-20:00 Basic Nao.M
						20:30-21:30 Waist Nao.M	20:30-21:30 Pilates Barre Nana

pilatesK浜松メイワン店【1月9日～1月16日スケジュール】

01/09	01/10	01/11	01/12	01/13	01/14	01/15	01/16	
木	金	土	日	月	火	水	木	
	10:30-11:30 Waist Nao.M	10:30-11:30 Hip&Leg nana.f	10:30-11:30 Basic Nao.M	close	10:30-11:30 Basic Nao.M	10:30-11:30 Jump to Burn Nana		
	12:30-13:30 Hip&Leg nana.f	12:00-13:00 Basic Kayoko.T	12:00-13:00 Jump to Burn Kayoko.T		12:30-13:30 Hip&Leg nana.f	12:30-13:30 Basic Kayoko.T		
		13:30-14:30 Shape up Waist Nana	13:30-14:30 Stretch & Conditioning Nao.M					
		15:00-16:00 Basic Nao.M	15:00-16:00 Pilates Barre Nana					
17:30-18:30 Waist nana.f	17:30-18:30 Basic Nao.M					17:30-18:30 Back&Arm Kayoko.T	17:30-18:30 Hip&Leg nana.f	17:30-18:30 Basic Kayoko.T
19:00-20:00 Jump to Burn Kayoko.T	19:00-20:00 Release&Strength Kayoko.T					19:00-20:00 Shape up Waist Nana	19:00-20:00 Stretch & Conditioning Nao.M	19:00-20:00 Back&Arm Kayoko.T
20:30-21:30 Basic Nao.M	20:30-21:30 Back&Arm Kayoko.T	17:30-18:30 Waist nana.f			20:30-21:30 Release&Strength Kayoko.T	20:30-21:30 Basic Nao.M	20:30-21:30 Waist nana.f	

：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浜松メイワン店【1月17日～1月24日スケジュール】

2024年12月29日更新

01/17	01/18	01/19	01/20	01/21	01/22	01/23	01/24
金	土	日	月	火	水	木	金
10:30-11:30 Back&Arm Kayoko.T	10:30-11:30 Shape up Waist Nana	10:30-11:30 Pilates Barre Nana	close	10:30-11:30 Waist nana.f	10:30-11:30 Pilates Barre Nana		10:30-11:30 Basic Nao.M
12:30-13:30 Waist nana.f	12:00-13:00 Back&Arm Kayoko.T	12:00-13:00 Hip&Leg nana.f		12:30-13:30 Back&Arm Kayoko.T	12:30-13:30 Release&Strength Kayoko.T		12:30-13:30 Waist nana.f
	13:30-14:30 Basic Nao.M	13:30-14:30 Waist Nao.M					
	15:00-16:00 Release&Strength Nana	15:00-16:00 Basic Nana					
17:30-18:30 Hip&Leg Nao.M				17:30-18:30 Basic Nana	17:30-18:30 Back&Arm 未確定	17:30-18:30 Pilates Barre Nana	17:30-18:30 Jump to Burn Kayoko.T
19:00-20:00 Jump to Burn Nana				19:00-20:00 Stretch & Conditioning Nao.M	19:00-20:00 Basic Nao.M	19:00-20:00 Stretch & Conditioning Nao.M	19:00-20:00 Basic Kayoko.T
20:30-21:30 Basic Nao.M	17:30-18:30 Hip&Leg Nao.M			20:30-21:30 Pilates Barre Nana	20:30-21:30 Hip&Leg nana.f	20:30-21:30 Shape up Waist Nana	20:30-21:30 Waist nana.f

pilatesK浜松メイワン店【1月25日～1月31日スケジュール】

01/25	01/26	01/27	01/28	01/29	01/30	01/31	
土	日	月	火	水	木	金	
10:30-11:30 Basic Nana	10:30-11:30 Release&Strength Kayoko.T	close	10:30-11:30 Jump to Burn Kayoko.T	10:30-11:30 Back&Arm nana.f		10:30-11:30 Release&Strength Kayoko.T	
12:00-13:00 Jump to Burn Kayoko.T	12:00-13:00 Waist nana.f		12:30-13:30 Basic Nao.M	12:30-13:30 Shape up Waist Nao.M		12:30-13:30 Hip&Leg nana.f	
13:30-14:30 Back&Arm 未確定	13:30-14:30 Basic Kayoko.T						
15:00-16:00 Basic Kayoko.T	15:00-16:00 Back&Arm 未確定						
				17:30-18:30 Release&Strength Kayoko.T	17:30-18:30 Basic Kayoko.T	17:30-18:30 Hip&Leg nana.f	17:30-18:30 Shape up Waist Nao.M
				19:00-20:00 Hip&Leg nana.f	19:00-20:00 Jump to Burn Kayoko.T	19:00-20:00 Basic Kayoko.T	19:00-20:00 Stretch & Conditioning Nao.M
17:30-18:30 Waist nana.f				20:30-21:30 Waist nana.f	20:30-21:30 Stretch & Conditioning Nao.M	20:30-21:30 Back&Arm nana.f	20:30-21:30 Pilates Barre Nana

：体験可能レッスン  
 今月も一緒にピラティスを楽しみましょう！  
 STUDIO INFO  
 ☎専用ダイヤル：0570-050-055  
 受付時間：9:00-18:00  
 ※上記受付時間外はお電話でのご予約は承っておりません。インターネットからのご予約をご利用下さい（24時間受付）