

pilates K 浜松メイトン店		【 07/01 ~ 07/08 】		スケジュール		2025/06/29	更新
07/01	07/02	07/03	07/04	07/05	07/06	07/07	07/08
火	水	木	金	土	日	月	火
10:30 ~ 11:30 Release&Strength Kayoko.T	10:30 ~ 11:30 Basic SHIORI.O		10:30 ~ 11:30 Waist Kayoko.T	10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio Nao.M	10:30 ~ 11:30 Release&Strength Kayoko.T	close	10:30 ~ 11:30 Basic SHIORI.O
12:00 ~ 13:00 Back & Arm Kayoko.T	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg Risa		12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Risa	12:00 ~ 13:00 Basic SHIORI.O	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg Risa		12:00 ~ 13:00 Shape up waist Nao.M
13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Risa			13:30 ~ 14:30 Basic Kayoko.T	13:30 ~ 14:30 Shape up waist Nao.M	14:30 ~ 15:30 Basic Kayoko.T		13:30 ~ 14:30 Basic SHIORI.O
				15:00 ~ 16:00 jump to burn Kayoko.T	16:30 ~ 17:30 Stretch & Conditioning Kayoko.T		
17:30 ~ 18:30 Waist Nao.M	17:30 ~ 18:30 Basic SHIORI.O	17:30 ~ 18:30 Back & Arm Nao.M	17:30 ~ 18:30 Pilates Cardio Nao.M	17:30 ~ 18:30 Hip & Leg Risa			17:30 ~ 18:30 Back & Arm Nao.M
19:00 ~ 20:00 Basic SHIORI.O	19:00 ~ 20:00 Waist Kayoko.T	19:00 ~ 20:00 Basic SHIORI.O	19:00 ~ 20:00 Back & Arm Kayoko.T				19:00 ~ 20:00 Hip & Leg Risa
20:30 ~ 21:30 Back & Arm Nao.M	20:30 ~ 21:30 jump to burn Kayoko.T	20:30 ~ 21:30 Shape up waist Nao.M	20:30 ~ 21:30 Release&Strength Kayoko.T				20:30 ~ 21:30 Waist Nao.M

pilates K 浜松メイトン店		【 07/09 ~ 07/16 】		スケジュール		2025/06/29	更新
07/09	07/10	07/11	07/12	07/13	07/14	07/15	07/16
水	木	金	土	日	月	火	水
10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio Nao.M		10:30 ~ 11:30 Body Balance Kayoko.T	10:30 ~ 11:30 Basic SHIORI.O	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Nao.M	close	10:30 ~ 11:30 Release&Strength Kayoko.T	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Risa
12:30 ~ 13:30 Basic SHIORI.O		12:00 ~ 13:00 Waist Nao.M	12:00 ~ 13:00 Back & Arm Kayoko.T	12:30 ~ 13:30 Basic SHIORI.O		12:00 ~ 13:00 Basic Nao.M	12:30 ~ 13:30 Waist Kayoko.T
		13:30 ~ 14:30 jump to burn Kayoko.T	13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning Kayoko.T	14:30 ~ 15:30 Pilates Cardio Nao.M		13:30 ~ 14:30 Body Balance Kayoko.T	
			15:00 ~ 16:00 Hip & Leg Risa	16:30 ~ 17:30 Basic SHIORI.O			
17:30 ~ 18:30 Hip & Leg Risa	17:30 ~ 18:30 Basic Kayoko.T	17:30 ~ 18:30 Shape up waist Nao.M	17:30 ~ 18:30 Basic SHIORI.O			17:30 ~ 18:30 Back & Arm 未確定	17:30 ~ 18:30 Basic Kayoko.T
19:00 ~ 20:00 Release&Strength Kayoko.T	19:00 ~ 20:00 Body Balance Kayoko.T	19:00 ~ 20:00 Basic SHIORI.O				19:00 ~ 20:00 Waist Nao.M	19:00 ~ 20:00 jump to burn Kayoko.T
20:30 ~ 21:30 Basic Kayoko.T	20:30 ~ 21:30 Hip & Leg Risa	20:30 ~ 21:30 Back & Arm Nao.M				20:30 ~ 21:30 Basic SHIORI.O	20:30 ~ 21:30 Stretch & Conditioning 未確定

・体験可能レッスン
 ・クラスの個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週間前までにお願しております。
 ・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。

pilates K 浜松メイト店

【 07/17 ~ 07/24 】

スケジュール

2025/06/29 更新

07/17	07/18	07/19	07/20	07/21	07/22	07/23	07/24
木	金	土	日	月	火	水	木
	10:30 ~ 11:30 jump to burn Kayoko.T	10:30 ~ 11:30 Shape up waist Nao.M	10:30 ~ 11:30 Basic Kayoko.T	close	10:30 ~ 11:30 Back & Arm SHIORI.O	10:30 ~ 11:30 jump to burn Kayoko.T	
	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Risa	12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning 未確定	12:30 ~ 13:30 Waist Nao.M		12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Risa	12:30 ~ 13:30 Basic SHIORI.O	
	13:30 ~ 14:30 Basic Kayoko.T	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Risa	14:30 ~ 15:30 Basic Kayoko.T		13:30 ~ 14:30 Basic SHIORI.O		
		15:00 ~ 16:00 Basic Satomi.N	16:30 ~ 17:30 Pilates Cardio Nao.M				
17:30 ~ 18:30 Back & Arm 未確定	17:30 ~ 18:30 Pilates Cardio Nao.M	17:30 ~ 18:30 Hip & Leg Risa			17:30 ~ 18:30 Basic SHIORI.O	17:30 ~ 18:30 Hip & Leg Risa	17:30 ~ 18:30 Basic Nao.M
19:00 ~ 20:00 Basic SHIORI.O	19:00 ~ 20:00 Stretch & Conditioning 未確定				19:00 ~ 20:00 Waist Kayoko.T	19:00 ~ 20:00 Basic Nao.M	19:00 ~ 20:00 Pilates Cardio Nao.M
20:30 ~ 21:30 Shape up waist Nao.M	20:30 ~ 21:30 Body Balance Kayoko.T				20:30 ~ 21:30 Release&Strength Kayoko.T	20:30 ~ 21:30 Shape up waist Nao.M	20:30 ~ 21:30 Hip & Leg Risa

pilates K 浜松メイト店

【 07/25 ~ 07/31 】

スケジュール

2025/06/29 更新

07/25	07/26	07/27	07/28	07/29	07/30	07/31
金	土	日	月	火	水	木
10:30 ~ 11:30 Body Balance Kayoko.T	10:30 ~ 11:30 Back & Arm SHIORI.O	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Risa	close	10:30 ~ 11:30 Waist Kayoko.T	10:30 ~ 11:30 Basic SHIORI.O	
12:00 ~ 13:00 Basic Kayoko.T	12:00 ~ 13:00 Pilates Cardio Nao.M	12:30 ~ 13:30 Basic SHIORI.O		12:00 ~ 13:00 Basic Kayoko.T	12:30 ~ 13:30 jump to burn Kayoko.T	
13:30 ~ 14:30 Release&Strength Kayoko.T	13:30 ~ 14:30 Basic SHIORI.O	14:30 ~ 15:30 Hip & Leg Risa		13:30 ~ 14:30 Pilates Cardio Nao.M		
	15:00 ~ 16:00 Waist Nao.M	16:30 ~ 17:30 Back & Arm SHIORI.O				
17:30 ~ 18:30 Waist Nao.M	17:30 ~ 18:30 Stretch & Conditioning Nao.M			17:30 ~ 18:30 Back & Arm SHIORI.O	17:30 ~ 18:30 Basic SHIORI.O	17:30 ~ 18:30 Back & Arm SHIORI.O
19:00 ~ 20:00 Hip & Leg Risa				19:00 ~ 20:00 Basic SHIORI.O	19:00 ~ 20:00 Back & Arm SHIORI.O	19:00 ~ 20:00 Hip & Leg Risa
20:30 ~ 21:30 Basic Nao.M				20:30 ~ 21:30 Shape up waist Nao.M	20:30 ~ 21:30 Hip & Leg Risa	20:30 ~ 21:30 Body Balance 未確定

・休職可能レッスン
・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サイトまでご確認ください。
・ご予約されたレッスンをキャンセルされる場合は、1週間前迄にお願ひしております。
・レッスン開始時刻1時間前迄のキャンセルは、尚前日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。