

pilates K 浜松マイワン店 【 09/01 ~ 09/08 】 スケジュール								2025/08/16	更新
09/01	09/02	09/03	09/04	09/05	09/06	09/07	09/08		
月	火	水	木	金	土	日	月		
close	10:30 ~ 11:30 Leg Lines Kayoko.T	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Iisa.y		10:30 ~ 11:30 jump to burn Kayoko.T	10:30 ~ 11:30 Release&Strength Kayoko.T	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Iisa.y	close		
	12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning Kayoko.T	12:30 ~ 13:30 Back & Spine Nao.M		12:00 ~ 13:00 Basic SHIORI.O	12:00 ~ 13:00 Pilates Cardio Nao.M	12:30 ~ 13:30 Back & Arm SHIORI.O			
	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Iisa.y			13:30 ~ 14:30 Leg Lines Kayoko.T	13:30 ~ 14:30 Basic SHIORI.O	14:30 ~ 15:30 Hip & Leg Iisa.y			
					15:00 ~ 16:00 Waist Nao.M	16:30 ~ 17:30 Basic SHIORI.O			
	17:30 ~ 18:30 Body Balance Nao.M	17:30 ~ 18:30 Back & Arm SHIORI.O	17:30 ~ 18:30 Back & Spine Nao.M	17:30 ~ 18:30 Shape up waist Nao.M	17:30 ~ 18:30 Back & Arm SHIORI.O				
	19:00 ~ 20:00 Basic SHIORI.O	19:00 ~ 20:00 jump to burn Kayoko.T	19:00 ~ 20:00 Hip & Leg Iisa.y	19:00 ~ 20:00 Basic Nao.M					
	20:30 ~ 21:30 Shape up waist Nao.M	20:30 ~ 21:30 Basic SHIORI.O	20:30 ~ 21:30 Waist Nao.M	20:30 ~ 21:30 Hip & Leg Iisa.y					

pilates K 浜松マイワン店 【 09/09 ~ 09/16 】 スケジュール								2025/08/16	更新
09/09	09/10	09/11	09/12	09/13	09/14	09/15	09/16		
火	水	木	金	土	日	月	火		
10:30 ~ 11:30 Release&Strength Kayoko.T	10:30 ~ 11:30 Basic Kayoko.T		10:30 ~ 11:30 Basic SHIORI.O	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Iisa.y	10:30 ~ 11:30 Leg Lines Kayoko.T	close	10:30 ~ 11:30 Waist Nao.M		
12:00 ~ 13:00 Back & Arm SHIORI.O	12:30 ~ 13:30 Waist Nao.M		12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Iisa.y	12:00 ~ 13:00 Basic Kayoko.T	12:30 ~ 13:30 Body Balance Nao.M		12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Iisa.y		
13:30 ~ 14:30 jump to burn Kayoko.T			13:30 ~ 14:30 Back & Arm SHIORI.O	13:30 ~ 14:30 Shape up waist Nao.M	14:30 ~ 15:30 Basic Kayoko.T		13:30 ~ 14:30 Back & Arm Nao.M		
				15:00 ~ 16:00 Stretch & Conditioning Kayoko.T	16:30 ~ 17:30 Back & Spine Nao.M				
17:30 ~ 18:30 Back & Spine Nao.M	17:30 ~ 18:30 Basic SHIORI.O	17:30 ~ 18:30 Release&Strength Kayoko.T	17:30 ~ 18:30 Basic Kayoko.T	17:30 ~ 18:30 Pilates Cardio Nao.M			17:30 ~ 18:30 Waist Kayoko.T		
19:00 ~ 20:00 Hip & Leg Iisa.y	19:00 ~ 20:00 Leg Lines Kayoko.T	19:00 ~ 20:00 Basic SHIORI.O	19:00 ~ 20:00 Waist Nao.M				19:00 ~ 20:00 Basic Nao.M		
20:30 ~ 21:30 Basic Nao.M	20:30 ~ 21:30 Back & Arm SHIORI.O	20:30 ~ 21:30 Hip & Leg Iisa.y	20:30 ~ 21:30 jump to burn Kayoko.T				20:30 ~ 21:30 Stretch & Conditioning Kayoko.T		

・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 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。

pilates K 浜松マイワシ店 【 09/17 ~ 09/24 】 スケジュール

2025/08/16 更新

09/17	09/18	09/19	09/20	09/21	09/22	09/23	09/24
水	木	金	土	日	月	火	水
10:30 ~ 11:30 Hip&Leg Iisa.y		10:30 ~ 11:30 Back&Arm SHIORI.O	10:30 ~ 11:30 Basic SHIORI.O	10:30 ~ 11:30 Waist Kayoko.T	close	10:30 ~ 11:30 Release&Strength Kayoko.T	10:30 ~ 11:30 Basic Kayoko.T
12:30 ~ 13:30 jump to burn Kayoko.T		12:00 ~ 13:00 Body Balance Kayoko.T	12:00 ~ 13:00 Leg Lines Kayoko.T	12:30 ~ 13:30 Basic SHIORI.O		12:00 ~ 13:00 Basic SHIORI.O	12:30 ~ 13:30 Body Balance Nao.M
		13:30 ~ 14:30 Basic SHIORI.O	13:30 ~ 14:30 Pilates Barre 未確定	14:30 ~ 15:30 Release&Strength Kayoko.T		13:30 ~ 14:30 Leg Lines Kayoko.T	
			15:00 ~ 16:00 Basic SHIORI.O	16:30 ~ 17:30 Back&Arm SHIORI.O			
17:30 ~ 18:30 Back&Arm SHIORI.O	17:30 ~ 18:30 Back&Spine Nao.M	17:30 ~ 18:30 jump to burn Kayoko.T	17:30 ~ 18:30 Body Balance Kayoko.T			17:30 ~ 18:30 Pilates Cardio Nao.M	17:30 ~ 18:30 Basic SHIORI.O
19:00 ~ 20:00 Shape up waist Nao.M	19:00 ~ 20:00 Hip&Leg Iisa.y	19:00 ~ 20:00 Hip&Leg Iisa.y				19:00 ~ 20:00 Basic SHIORI.O	19:00 ~ 20:00 Stretch & Conditioning Nao.M
20:30 ~ 21:30 Basic SHIORI.O	20:30 ~ 21:30 Pilates Cardio Nao.M	20:30 ~ 21:30 Leg Lines Kayoko.T				20:30 ~ 21:30 Waist Nao.M	20:30 ~ 21:30 Back&Arm SHIORI.O

pilates K 浜松マイワシ店 【 09/25 ~ 09/30 】 スケジュール

2025/08/16 更新

09/25	09/26	09/27	09/28	09/29	09/30	
木	金	土	日	月	火	
	10:30 ~ 11:30 Waist Nao.M	10:30 ~ 11:30 Basic SHIORI.O	10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio Nao.M	close	10:30 ~ 11:30 Back&Arm SHIORI.O	
	12:00 ~ 13:00 Basic Kayoko.T	12:00 ~ 13:00 Waist Nao.M	12:30 ~ 13:30 Back&Arm SHIORI.O		12:00 ~ 13:00 Pilates Barre Iisa.y	
	13:30 ~ 14:30 Back&Spine Nao.M	13:30 ~ 14:30 Pilates Barre 未確定	14:30 ~ 15:30 Shape up waist Nao.M		13:30 ~ 14:30 Shape up waist Nao.M	
		15:00 ~ 16:00 Hip&Leg 未確定	16:30 ~ 17:30 Basic SHIORI.O			
17:30 ~ 18:30 jump to burn Kayoko.T	17:30 ~ 18:30 Shape up waist nana.f	17:30 ~ 18:30 Basic Nao.M			17:30 ~ 18:30 Back&Arm SHIORI.O	
19:00 ~ 20:00 Hip&Leg Iisa.y	19:00 ~ 20:00 Pilates Barre 未確定				19:00 ~ 20:00 Leg Lines Kayoko.T	
20:30 ~ 21:30 Body Balance Kayoko.T	20:30 ~ 21:30 Hip&Leg Iisa.y				20:30 ~ 21:30 Back&Spine Nao.M	

・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週間前迄にお願いたします。
・レッスン開始時間1時間前迄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。