

pilates K 静岡店		【 10/01 ~ 10/08 】		スケジュール		2025/09/23 更新	
10/01	10/02	10/03	10/04	10/05	10/06	10/07	10/08
水	木	金	土	日	月	火	水
10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Hip&Leg		Stretch&Conditioning	Back&Spine	Pilates Workout		Waist	Basic
Uki.S		erico.M	erico.M	erico.M		Megu.A	Uki.S
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30
Release&Strength		Back&Arm	Leg Lines	Basic		Basic	Pilates Workout
erico.M		Yuki.I	Megu.A	Megu.A		Uki.S	erico.M
		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	
		Back&Spine	Basic	Stretch&Conditioning		Hip&Leg	
		erico.M	erico.M	erico.M		Uki.S	
			15:00 ~ 16:00				
			Waist				
			Megu.A				
17:45 ~ 18:45	17:45 ~ 18:45	17:45 ~ 18:45	17:30 ~ 18:30	16:30 ~ 17:30		17:45 ~ 18:45	17:45 ~ 18:45
Back&Arm	Hip&Leg	Basic	Release&Strength	Waist		Basic	Waist
Yuki.I	Uki.S	Megu.A	erico.M	Megu.A		Yuki.I	Megu.A
19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15				19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15
Pilates Workout	Leg Lines	Back&Arm				Leg Lines	Back&Arm
erico.M	Megu.A	Yuki.I				Megu.A	Yuki.I
20:45 ~ 21:45	20:45 ~ 21:45	20:45 ~ 21:45				20:45 ~ 21:45	20:45 ~ 21:45
Basic	Back&Arm	Waist				Back&Arm	Basic
Yuki.I	Uki.S	Megu.A				Yuki.I	Megu.A

pilates K 静岡店		【 10/09 ~ 10/16 】		スケジュール		2025/09/23 更新	
10/09	10/10	10/11	10/12	10/13	10/14	10/15	10/16
木	金	土	日	月	火	水	木
	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
	Back&Arm	Pilates Workout	Basic		Leg Lines	Back&Spine	
	Yuki.I	erico.M	Uki.S		Megu.A	erico.M	
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	
	Leg Lines	Basic	Back&Arm		Basic	Waist	
	Megu.A	Megu.A	Yuki.I		Megu.A	erico.M	
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30		
	Basic	Back&Spine	Hip&Leg		Back&Arm		
	Yuki.I	erico.M	Uki.S		Yuki.I		
		15:00 ~ 16:00					
		Back&Arm					
		erico.M					
17:45 ~ 18:45	17:45 ~ 18:45	17:30 ~ 18:30	16:30 ~ 17:30		17:45 ~ 18:45	17:45 ~ 18:45	17:45 ~ 18:45
Back&Arm	Stretch&Conditioning	Waist	Basic		Waist	Basic	Pilates Workout
Uki.S	erico.M	Megu.A	Yuki.I		erico.M	Yuki.I	erico.M
19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15				19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15
Basic	Hip&Leg				Release&Strength	Hip&Leg	Basic
Uki.S	Uki.S				erico.M	Uki.S	Megu.A
20:45 ~ 21:45	20:45 ~ 21:45				20:45 ~ 21:45	20:45 ~ 21:45	20:45 ~ 21:45
Release&Strength	Back&Spine				Basic	Back&Arm	Stretch&Conditioning
erico.M	erico.M				Uki.S	Yuki.I	erico.M

・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 静岡店		【 10/17 ~ 10/24 】		スケジュール		2025/09/23 更新	
10/17	10/18	10/19	10/20	10/21	10/22	10/23	10/24
金	土	日	月	火	水	木	金
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
Back&Arm	Basic	Back&Arm		Hip&Leg	Waist		Basic
erico.M	Uki.S	Hiroyo.M		Uki.S	Hiroyo.M		Yuki.I
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00
Hip&Leg	Waist	Basic		Pilates Workout	Leg Lines		Back&Arm
Uki.S	Hiroyo.M	Megu.A		Hiroyo.M	Megu.A		Uki.S
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30
Basic	Back&Arm	Leg Lines		Basic			Hip&Leg
Uki.S	Yuki.I	Megu.A		Uki.S			Uki.S
	15:00 ~ 16:00						
	Hip&Leg						
	Uki.S						
17:45 ~ 18:45	17:30 ~ 18:30	16:30 ~ 17:30		17:45 ~ 18:45	17:45 ~ 18:45	17:45 ~ 18:45	17:45 ~ 18:45
Leg Lines	Basic	Waist		Stretch&Conditioning	Hip&Leg	jump to burn	Waist
Megu.A	Yuki.I	Hiroyo.M		Yuki.I	Uki.S	Megu.A	Megu.A
19:15 ~ 20:15				19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15
Waist				Basic	Back&Arm	Basic	Pilates Workout
erico.M				Uki.S	Yuki.I	Yuki.I	Hiroyo.M
20:45 ~ 21:45				20:45 ~ 21:45	20:45 ~ 21:45	20:45 ~ 21:45	20:45 ~ 21:45
Back&Spine				Back&Arm	Basic	Waist	Leg Lines
erico.M				Yuki.I	Uki.S	Megu.A	Megu.A

pilates K 静岡店		【 10/25 ~ 10/31 】		スケジュール		2025/09/23 更新	
10/25	10/26	10/27	10/28	10/29	10/30	10/31	
土	日	月	火	水	木	金	
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	
Hip&Leg	Waist		Back&Arm	Basic		jump to burn	
Uki.S	Megu.A		Uki.S	Yuki.I		Megu.A	
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	
Basic	jump to burn		Basic	Waist		Stretch&Conditioning	
Yuki.I	Megu.A		Yuki.I	Megu.A		Yuki.I	
13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30	
Back&Arm	Basic		Hip&Leg			Basic	
Yuki.I	Uki.S		Uki.S			Yuki.I	
15:00 ~ 16:00							
Basic							
Uki.S							
17:30 ~ 18:30	16:30 ~ 17:30		17:45 ~ 18:45	17:45 ~ 18:45	17:45 ~ 18:45	17:45 ~ 18:45	
Stretch&Conditioning	Hip&Leg		Leg Lines	Back&Arm	Basic	Waist	
Yuki.I	Uki.S		Megu.A	Hiroyo.M	Yuki.I	Hiroyo.M	
			19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	
			jump to burn	Basic	Hip&Leg	Back&Arm	
			Megu.A	Megu.A	Hiroyo.M	Uki.S	
			20:45 ~ 21:45	20:45 ~ 21:45	20:45 ~ 21:45	20:45 ~ 21:45	
			Basic	Waist	Stretch&Conditioning	Pilates Workout	
			Yuki.I	Megu.A	Yuki.I	Hiroyo.M	

・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週間前迄にお申し立てが必要です。
 ・レッスン開始時間1時間前迄のキャンセルが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。