

更新

更新

・体験可能レッスン
・クラスの種類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時間前を切つてのキャンセルは時間外キャンセルとなりず。
※時間外キャンセルは1ヶ月2回以上で、翌月の予約可能回数(1回)に制限されます。

pilates K 浜松メイト店

【 11/17 ~ 11/24 】

スケジュール

2025/10/11 更新

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

pilates K 浜松メイト店

【 11/25 ~ 11/26 】

スケジュール

2025/10/11 更新

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

・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キャンセル料となります。
※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。