

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

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

・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。

pilates K 静岡店

【 11/17 ~ 11/24 】

スケジュール

2025/10/14

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		
close	10:30 ~ 11:30	close	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close		
	jump to burn			Basic	Pilates Workout	Pilates Barre			
	Megu.A			Megu.A	Hiroyo.M	Uki.S			
	12:00 ~ 13:00			12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30			
	Basic			Leg Lines	Basic	Back&Arm			
	Uki.S			Megu.A	Yuki.I	Yuki.I			
	13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30			
	Waist			Back&Arm	Waist	Hip&Leg			
	Megu.A			Yuki.I	Hiroyo.M	Uki.S			
	close			close	close	close		15:00 ~ 16:00	close
								Basic	
								Yuki.I	
	17:45 ~ 18:45			17:45 ~ 18:45	17:30 ~ 18:30	16:30 ~ 17:30			
	Basic			Hip&Leg	Release&Strength	Basic			
Yuki.I	Hiroyo.M	Yuki.I	Yuki.I						
19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	close	close						
Hip&Leg	Pre Basic								
Uki.S	Hiroyo.M								
20:45 ~ 21:45	20:45 ~ 21:45								
Back&Arm	Release&Strength								
Yuki.I	Yuki.I								

pilates K 静岡店

【 11/25 ~ 】

スケジュール

2025/10/14

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
Basic	Pilates Workout		Back&Arm	Hip&Leg	Back&Arm
Yuki.I	Hiroyo.M		Hiroyo.M	Hiroyo.M	Yuki.I
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30
Hip&Leg	Release&Strength		Pre Basic	Pilates Barre	Hip&Leg
Hiroyo.M	Yuki.I		Hiroyo.M	Uki.S	Hiroyo.M
13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30
Stretch&Conditioning			Waist	Basic	Release&Strength
Yuki.I			Megu.A	Uki.S	Yuki.I
close			close	close	15:00 ~ 16:00
		Back&Arm			
	Hiroyo.M				
17:45 ~ 18:45	17:45 ~ 18:45	17:45 ~ 18:45	17:45 ~ 18:45	17:30 ~ 18:30	16:30 ~ 17:30
Waist	Basic	Back&Arm	Stretch&Conditioning	Pre Basic	jump to burn
Megu.A	Uki.S	Yuki.I	Yuki.I	Hiroyo.M	Megu.A
19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	close	close
Back&Arm	Leg Lines	Basic	jump to burn		
Yuki.I	Megu.A	Megu.A	Megu.A		
20:45 ~ 21:45	20:45 ~ 21:45	20:45 ~ 21:45	20:45 ~ 21:45		
Leg Lines	Pilates Barre	Waist	Basic		
Megu.A	Uki.S	Megu.A	Yuki.I		

・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可能となります。
※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。