

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

【 12/09 ~ 12/16 】 スケジュール								12/15	12/16
12/09	12/10	12/11	12/12	12/13	12/14	12/15	12/16	月	火
火	水	木	金	土	日				
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30			10:30 ~ 11:30	
jump to burn Megu.A	Hip & Leg 🌱 Uki.S		Pilates Workout Hiroyo.M	Back & Arm 🌱 Yuki.I	Waist spXmas 🌱 Hiroyo.M			Stretch & Conditioning 🌱 Yuki.I	
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30			12:00 ~ 13:00	
Back & Arm 🌱 Uki.S	Leg Lines Megu.A		Waist spXmas 🌱 Megu.A	Stretch & Conditioning 🌱 Hiroyo.M	Basic 🌱 Yuki.I			Pre Basic 🌱 Hiroyo.M	
13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30			13:30 ~ 14:30	
Basic 🌱 Megu.A			Pre Basic 🌱 Hiroyo.M	Hip & Leg 🌱 Uki.S	Pilates Workout Hiroyo.M			Back & Arm 🌱 Yuki.I	
close	close	close	close	close	close	close	close	close	close
	17:45 ~ 18:45	17:45 ~ 18:45	17:45 ~ 18:45	17:45 ~ 18:45	17:30 ~ 18:30	16:30 ~ 17:30		17:45 ~ 18:45	
	Hip & Leg 🌱 Hiroyo.M	Basic 🌱 Yuki.I	Back & Arm 🌱 Uki.S	Basic 🌱 Yuki.I	Pilates Barre Uki.S	Back & Arm 🌱 Yuki.I		jump to burn Megu.A	
	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15				19:15 ~ 20:15	
Stretch & Conditioning 🌱 Yuki.I	Waist spXmas 🌱 Hiroyo.M	Leg Lines Megu.A	Hip & Leg 🌱 Uki.S					Hip & Leg 🌱 Uki.S	
20:45 ~ 21:45	20:45 ~ 21:45	20:45 ~ 21:45	20:45 ~ 21:45	20:45 ~ 21:45				20:45 ~ 21:45	
Pre Basic 🌱 Hiroyo.M	Back & Arm 🌱 Yuki.I	Basic 🌱 Uki.S	Pilates Barre Uki.S					Waist spXmas 🌱 Megu.A	

＊ : 体験可能レッスン
 - クラスの種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時間前迄にお願いしております。
 - レッスン開始時刻1時間前を切って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。

pilatesK 静岡店								【 12/17 ~ 12/24 】 スケジュール				2025/12/18 更新	
12/17	12/18	12/19	12/20	12/21	12/22	12/23	12/24	月	火	水			
水 10:30 ~ 11:30 Waist spXmas 🎄 Hiroyo.M	木 10:30 ~ 11:30 Basic 🎄 Yuki.I	金 10:30 ~ 11:30 Hip & Leg 🎄 Hiroyo.M	土 10:30 ~ 11:30 jump to burn Megu.A	日 10:30 ~ 11:30	月 10:30 ~ 11:30 Pilates Workout Hiroyo.M	火 10:30 ~ 11:30 Waist spXmas 🎄 Megu.A	水 10:30 ~ 11:30 Back & Arm 🎄 Uki.S						
12:30 ~ 13:30 Back & Arm 🎄 Yuki.I		12:00 ~ 13:00 Leg Lines Megu.A	12:00 ~ 13:00 Basic 🎄 Megu.A	12:30 ~ 13:30 Back & Arm 🎄 Hiroyo.M		12:00 ~ 13:00 Shape up waist Megu.A	12:30 ~ 13:30 Basic 🎄 Uki.S						
close		13:30 ~ 14:30 Back & Arm 🎄 Yuki.I	13:30 ~ 14:30 Shape up waist Megu.A	14:30 ~ 15:30 Basic 🎄 Megu.A		13:30 ~ 14:30 Pilates Workout Hiroyo.M	close	close	close	close	close	close	
		15:00 ~ 16:00 Stretch & Conditioning Hiroyo.M											
17:45 ~ 18:45 Hip & Leg 🎄 Uki.S	17:45 ~ 18:45 Basic 🎄 Yuki.I	17:45 ~ 18:45 Waist spXmas 🎄 Megu.A	17:30 ~ 18:30 Pilates Workout Hiroyo.M	16:30 ~ 17:30 Hip & Leg 🎄 Hiroyo.M	17:45 ~ 18:45 Basic 🎄 Uki.S	17:45 ~ 18:45 Stretch & Conditioning 🎄 Yuki.I	19:15 ~ 20:15 Leg Lines Megu.A	19:15 ~ 20:15 Hip & Leg 🎄 Uki.S	19:15 ~ 20:15 Stretch & Conditioning 🎄 Hiroyo.M	19:15 ~ 20:15 Pre Basic 🎄 Yuki.I	20:45 ~ 21:45 Basic 🎄 Uki.S	20:45 ~ 21:45 Back & Arm 🎄 Yuki.I	20:45 ~ 21:45 Back & Arm 🎄 Uki.S
close		close	close	close	close	close	close	close	close	close	close	close	close

pilatesK 静岡店								【 12/25 ~ 12/31 】 スケジュール					
12/25	12/26	12/27	12/28	12/29	12/30	12/31		月	火	水			
木 10:30 ~ 11:30 Waist 🎄 Hiroyo.M	金 10:30 ~ 11:30 Basic 🎄 Megu.A	土 10:30 ~ 11:30 Back & Arm 🎄 Yuki.I											
close	close	close	close	close	close	close	close	close	close	close	close	close	close
17:45 ~ 18:45 Hip & Leg 🎄 Uki.S	17:45 ~ 18:45 Leg Lines Megu.A	17:30 ~ 18:30 Back & Arm 🎄 Yuki.I	16:30 ~ 17:30 jump to burn Megu.A										
19:15 ~ 20:15 Waist spXmas 🎄 Megu.A	19:15 ~ 20:15 Basic 🎄 Yuki.I												
20:45 ~ 21:45 Basic 🎄 Uki.S	20:45 ~ 21:45 Shape up waist Megu.A												

_IRQn : 体験可能レッスン
 - クラスの種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時間前迄にお願いしております。
 - レッスン開始時刻1時間前を切って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。