

pilatesK MEGAドン・キホーテUNY 浜松泉町		【 12/01 ~ 12/08 】		スケジュール		2025/12/19 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															
close	10:30 ~ 11:30 Waist spXmas Sana.H	10:30 ~ 11:30 Basic Erina.K	close	10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning Nana	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Erina.K	10:30 ~ 11:30 Shape up waist nana.f	close															
	12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning nana.f	12:30 ~ 13:30 Shape up waist nana.f		12:00 ~ 13:00 Waist spXmas Sana.H	12:00 ~ 13:00 Body Balance Erina.K	12:30 ~ 13:30 Stretch & Conditioning nana.f																
	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg nana.f	close		13:30 ~ 14:30 Back & Arm Nana	13:30 ~ 14:30 Waist spXmas Sana.H	14:30 ~ 15:30 Hip & Leg SHIORI.O																
	close			close	close	15:00 ~ 16:00 Hip & Leg nana.f		16:30 ~ 17:30 Back & Arm SHIORI.O														
						close		close														
									close	close												
											close	close										
													close	close								
															close	close						
																	close	close				
																			close	close		
																					close	close
	18:00 ~ 19:00 Body Balance Erina.K	18:00 ~ 19:00 Waist spXmas Sana.H	18:00 ~ 19:00 Basic Erina.K	18:00 ~ 19:00 Back & Arm Erina.K	17:30 ~ 18:30 Shape up waist nana.f	close																
	19:30 ~ 20:30 Waist spXmas Sana.H	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg nana.f	19:30 ~ 20:30 Back & Arm nana.f	19:30 ~ 20:30 Basic Erina.K	close																	
	21:00 ~ 22:00 Basic Erina.K	21:00 ~ 22:00 Waist spXmas Sana.H	21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning nana.f	21:00 ~ 22:00 Waist spXmas Sana.H																		

pilatesK MEGAドン・キホーテUNY 浜松泉町		【 12/09 ~ 12/16 】		スケジュール			
12/09	12/10	12/11	12/12	12/13	12/14	12/15	12/16
火	水	木	金	土	日	月	火
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30
Body Balance	Hip&Leg		Waist spXmas	Basic	Waist spXmas		Back&Arm
Erina.K	nana.f		Sana.H	Nana	Sana.H		Nana
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00
Basic	Waist spXmas		Basic	Stretch&Conditioning	Back&Arm		Body Balance
Erina.K	Sana.H		Erina.K	Nana	Erina.K		Erina.K
13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30
Back&Arm			Waist spXmas	Basic	Waist spXmas		Basic
Nana			Sana.H	Erina.K	Sana.H		Erina.K
close			close	close	15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30
		Back&Arm			Basic		
	Erina.K	Erina.K					
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	17:30 ~ 18:30	close	18:00 ~ 19:00	
Waist spXmas	Back&Arm	Stretch&Conditioning	Hip&Leg	Basic		Back&Arm	
Sana.H	nana.f	nana.f	nana.f	Erina.K		Nana	
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	close		19:30 ~ 20:30	
Stretch&Conditioning	Shape up waist	Waist spXmas	Body Balance			Waist spXmas	
Nana	nana.f	Sana.H	Erina.K		Sana.H		
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	close	21:00 ~ 22:00		
Waist spXmas	Basic	Hip&Leg	Shape up waist		Stretch&Conditioning		
Sana.H	Erina.K	nana.f	nana.f		Nana		

・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週間前までにお申し込みしております。
・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。

pilatesK MEGAドン・キホーテUNY 浜松泉町				【 12/17 ~ 12/24 】		スケジュール		2025/12/13 更新	
12/17	12/18	12/19	12/20	12/21	12/22	12/23	12/24		
水	木	金	土	日	月	火	水		
10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		
Waist spXmas		Hip &Leg	Shape up waist	Back &Arm		Basic	Back &Arm		
Sana.H		nana.f	nana.f	Nana		未確定	Nana		
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		
Basic		Waist spXmas	Basic	Waist spXmas		Hip &Leg	Shape up waist		
Erina.K		Sana.H	未確定	nana.f		nana.f	nana.f		
		close	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		14:30 ~ 15:30	13:30 ~ 14:30		
			Back &Arm	Hip &Leg		Stretch &Conditioning	Stretch &Conditioning		
			nana.f	nana.f		Nana	nana.f		
			close	15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30	close		close
	Basic			Hip &Leg					
	未確定			nana.f					
	close			close	close	close			
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	17:30 ~ 18:30	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			
Stretch &Conditioning	Body Balance	Back &Arm	Waist spXmas		Hip &Leg	Basic			
Nana	Erina.K	Nana	Sana.H		未確定	未確定			
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	close		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
Basic	Back &Arm	Shape up waist			Body Balance	Hip &Leg			
Erina.K	Erina.K	nana.f			Erina.K	未確定			
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
Back &Arm	Waist spXmas	Stretch &Conditioning			Waist spXmas	Basic			
Nana	Sana.H	Nana			Sana.H	未確定			

pilatesK MEGAドン・キホーテUNY 浜松泉町				【 12/25 ~ 12/31 】 スケジュール			
12/25	12/26	12/27	12/28	12/29	12/30	12/31	
木	金	土	日	月	火	水	
close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	close	close	
	Basic	Body Balance	Basic				
	未確定	Erina.K	Sana.H				
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30				
	Hip&Leg	Waist	Back&Arm				
	未確定	Sana.H	Erina.K				
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30				
	Waist	Basic	Waist				
	Sana.H	未確定	Sana.H				
	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30				
		Hip&Leg	Body Balance				
		未確定	Erina.K				
		close					
	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	17:30 ~ 18:30				close
	Back&Arm	Hip&Leg	Basic				
Nana	nana.f	Erina.K					
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	close					
Shape up waist	Basic						
nana.f	Erina.K						
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	close					
Stretch&Conditioning	Shape up waist						
Nana	nana.f						

・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。