

pilatesK 静岡店

【 12/01 ~ 12/08 】 スケジュール

2025/11/23 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 Basic 🍌	10:30 ~ 11:30 Waist spXmas 🍌	close	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg 🍌	10:30 ~ 11:30 Pre Basic 🍌	10:30 ~ 11:30 Back & Arm 🍌	close	
	Megu.A	Megu.A		Uki.S	Hiroyo.M	Uki.S		
	12:00 ~ 13:00 jump to burn	12:30 ~ 13:30 Basic 🍌		12:00 ~ 13:00 Basic 🍌	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg 🍌	12:30 ~ 13:30 Waist spXmas 🍌		
	Megu.A	Uki.S		Uki.S	Hiroyo.M	Megu.A		
	13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning 🍌	close		13:30 ~ 14:30 Pilates Workout	13:30 ~ 14:30 Back & Arm 🍌	14:30 ~ 15:30 Basic 🍌		
	Hiroyo.M			Hiroyo.M	Yuki.I	Uki.S		
	close			close	close	15:00 ~ 16:00 Pilates Barre		close
						Uki.S		
						close		
17:45 ~ 18:45 Back & Arm 🍌	17:45 ~ 18:45 Pilates Workout	17:45 ~ 18:45 Leg Lines	17:45 ~ 18:45 Back & Arm 🍌	17:30 ~ 18:30 Hip & Leg 🍌	16:30 ~ 17:30 jump to burn			
Uki.S	Hiroyo.M	Megu.A	Yuki.I	Uki.S	Megu.A			
19:15 ~ 20:15 Pre Basic 🍌	19:15 ~ 20:15 Back & Arm 🍌	19:15 ~ 20:15 Basic 🍌	19:15 ~ 20:15 Waist spXmas 🍌	close	close			
Hiroyo.M	Uki.S	Yuki.I	Megu.A					
20:45 ~ 21:45 Hip & Leg 🍌	20:45 ~ 21:45 Stretch & Conditioning 🍌	20:45 ~ 21:45 Waist spXmas 🍌	20:45 ~ 21:45 Basic 🍌					
Uki.S	Hiroyo.M	Megu.A	Yuki.I					

pilatesK 静岡店

【 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	
jump to burn	Hip & Leg 🏋️		Pilates Workout	Back & Arm 🏋️	Waist spXmas 🏋️		Stretch & Conditioning 🏋️	
Megu.A	Uki.S		Hiroyo.M	Yuki.I	Hiroyo.M		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 🏋️	Leg Lines		Waist spXmas 🏋️	Stretch & Conditioning 🏋️	Basic 🏋️		Pre Basic 🏋️	
Uki.S	Megu.A		Megu.A	Hiroyo.M	Yuki.I		Hiroyo.M	
13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	
Basic 🏋️			Pre Basic 🏋️	Hip & Leg 🏋️	Pilates Workout		Back & Arm 🏋️	
Megu.A			Hiroyo.M	Uki.S	Hiroyo.M		Yuki.I	
close			close	close	15:00 ~ 16:00		close	close
					Basic 🏋️			
					Yuki.I			
					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
Hip & Leg 🏋️		Basic 🏋️	Back & Arm 🏋️	Basic 🏋️	Pilates Barre	Back & Arm 🏋️	jump to burn	
Hiroyo.M		Yuki.I	Uki.S	Yuki.I	Uki.S	Yuki.I	Megu.A	
19:15 ~ 20:15		19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	close	close	19:15 ~ 20:15	
Stretch & Conditioning 🏋️		Waist spXmas 🏋️	Leg Lines	Hip & Leg 🏋️			Hip & Leg 🏋️	
Yuki.I	Hiroyo.M	Megu.A	Uki.S	Uki.S				
20:45 ~ 21:45	20:45 ~ 21:45	20:45 ~ 21:45	20:45 ~ 21:45	20:45 ~ 21:45				
Pre Basic 🏋️	Back & Arm 🏋️	Basic 🏋️	Pilates Barre	Waist spXmas 🏋️				
Hiroyo.M	Yuki.I	Uki.S	Uki.S			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 静岡店		【 12/17 ~ 12/24 】					スケジュール		2025/11/23	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	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30			
Waist spXmas 🌟 Hiroyo.M		Basic 🌟 Yuki.I	Hip & Leg 🌟 Hiroyo.M	jump to burn Megu.A		Waist spXmas 🌟 Megu.A	Back & Spine 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			
Back & Arm 🌟 Yuki.I		Leg Lines Megu.A	Basic 🌟 Megu.A	Back & Arm 🌟 Hiroyo.M		Shape up waist Megu.A	Basic 🌟 Uki.S			
close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close			
		Back & Arm 🌟 Yuki.I	Shape up waist Megu.A	Basic 🌟 Megu.A		Pilates Workout Hiroyo.M				
		close	15:00 ~ 16:00 Stretch & Conditioning 🌟 Hiroyo.M	close		close				
		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
Hip & Leg 🌟 Uki.S	Basic 🌟 Yuki.I	Waist spXmas 🌟 Megu.A	Pilates Workout Hiroyo.M	Hip & Leg 🌟 Hiroyo.M	Basic 🌟 Uki.S	Stretch & Conditioning 🌟 Yuki.I				
19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	close	close	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15				
Leg Lines Megu.A	Hip & Leg 🌟 Uki.S	Stretch & Conditioning 🌟 Hiroyo.M			Stretch & Conditioning 🌟 Yuki.I	Pre Basic 🌟 Hiroyo.M				
20:45 ~ 21:45	20:45 ~ 21:45	20:45 ~ 21:45			20:45 ~ 21:45	20:45 ~ 21:45				
Basic 🌟 Uki.S	Back & Arm 🌟 Yuki.I	Pre Basic 🌟 Hiroyo.M			Back & Spine Uki.S	Back & Arm 🌟 Yuki.I				

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
木	金	土	日	月	火	水
close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	close	close
	Waist 🏊	Basic 🏊	Back & Arm 🏊			
	Hiroyo.M	Megu.A	Yuki.I			
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30			
	Pilates Barre	Pilates Workout	Stretch & Conditioning 🏊			
	Uki.S	Hiroyo.M	Yuki.I			
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30			
	Hip & Leg 🏊	Stretch & Conditioning 🏊	Leg Lines			
	Hiroyo.M	Yuki.I	Megu.A			
	close	15:00 ~ 16:00	close			
		Waist 🏊				
		Megu.A				
close	close	close				
17:45 ~ 18:45	17:45 ~ 18:45	17:30 ~ 18:30	16:30 ~ 17:30			
Hip & Leg 🏊	Leg Lines	Back & Arm 🏊	jump to burn			
Uki.S	Megu.A	Yuki.I	Megu.A			
19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	close	close			
Waist spXmas 🏊	Basic 🏊					
Megu.A	Yuki.I					
20:45 ~ 21:45	20:45 ~ 21:45	close	close			
Basic 🏊	Shape up waist					
Uki.S	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時間前を切つ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。