

pilatesK 静岡店		【 01/01 ~ 01/08 】 スケジュール						2025/12/13 更新		
01/01	01/02	01/03	01/04	01/05	01/06	01/07	01/08			
木	金	土	日	月	火	水	木			
close	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close			
		Hip & Leg 🟡	Basic 🟢		Stretch & Conditioning 🟡	Waist 🟡				
		Uki.S	Uki.S		Yuki.I	Megu.A				
		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30				
		Back & Arm 🟡	jump to burn		Basic 🟢	Back & Arm 🟡				
		Yuki.I	aika.K		Megu.A	Yuki.I				
		13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close				
		Pilates Barre	Back & Arm 🟡		Back & Arm 🟡					
		Uki.S	Uki.S		Yuki.I					
		15:00 ~ 16:00	close		close					
		Stretch & Conditioning 🟡								
		Yuki.I								
		close						close		
									close	close
			close		close					
close	close									
		close		close						
						close	close			
			close		close					
								close	close	
close	close									
		close		close						
						close	close			
			close		close					
								close	close	
close	close									
		close		close						
						close	close			
			close		close					
								close	close	
close	close									
		close		close						
						close	close			
			close		close					
								close	close	
close	close									
		close		close						
						close	close			
			close		close					
								close	close	
close	close									
		close		close						
						close	close			
			close		close					
								close	close	
close	close									
		close		close						
						close	close			
			close		close					
								close	close	
close	close									
		close		close						
						close	close			
			close		close					
								close	close	
close	close									
		close		close						
						close	close			
			close		close					
								close	close	
close	close									
		close		close						
						close	close			
			close		close					
								close	close	
close	close									
		close		close						
						close	close			
			close		close					
								close	close	
close	close									
		close		close						
						close	close			
			close		close					
								close	close	
close	close									
		close		close						
						close	close			
			close		close					
								close	close	
close	close									
		close		close						
						close	close			
			close		close					
								close	close	
close	close									
		close		close						
						close	close			
			close		close					
								close	close	
close	close									
		close		close						
						close	close			
			close		close					
								close	close	
close	close									
		close		close						
						close	close			
			close		close					
								close	close	
close	close									
		close		close						
						close	close			
			close		close					
								close	close	
close	close									
		close		close						
						close	close			
			close		close					
								close	close	
close	close									
		close		close						
						close	close			
			close		close					
								close	close	
close	close									
		close		close						
						close	close			
			close		close					
								close	close	
close	close									
		close		close						
						close	close			
			close		close					
								close	close	
close	close									
		close		close						
						close	close			
			close		close					
								close	close	
close	close									
		close		close						
						close	close			
			close		close					
								close	close	
close	close									
		close		close						
						close	close			
			close		close					
								close	close	
close	close									
		close		close						
						close	close			
			close		close					
								close	close	
close	close									
		close		close						
						close	close			
			close		close					
								close	close	
close	close									
		close		close						
						close	close			
			close		close					
								close	close	
close	close									
		close		close						
						close	close			
			close		close					
								close	close	
close	close									
		close		close						
						close	close			
			close		close					
								close	close	
close	close									
		close		close						
						close	close			
			close		close					
								close	close	
close	close									
		close		close						
						close	close			
			close		close					
								close	close	
close	close									
		close		close						
						close	close			
			close		close					
								close	close	
close	close									
		close		close						
						close	close			
			close		close					
								close	close	
close	close									
		close		close						
						close	close			
			close		close					
								close	close	
close										

pilatesK 静岡店			【 01/09 ~ 01/16 】 スケジュール												
01/09	01/10	01/11	01/12	01/13	01/14	01/15	01/16								
金	土	日	月	火	水	木	金								
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30								
Leg Lines	Waist	Release&Strength		Back & Arm	Hip & Leg		Waist								
Megu.A	Megu.A	aika.K		Yuki.I	aika.K		Megu.A								
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00								
Waist	Stretch & Conditioning	Basic		Pilates Workout	Basic		Back & Spine								
aika.K	Yuki.I	Uki.S		aika.K	Yuki.I		Uki.S								
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30								
jump to burn	Shape up waist	Hip & Leg		Basic			Basic								
Megu.A	Megu.A	aika.K		Yuki.I			Megu.A								
close	15:00 ~ 16:00	close		close											
	Basic														
	Yuki.I														
	close														
17:45 ~ 18:45	17:30 ~ 18:30	16:30 ~ 17:30		17:45 ~ 18:45	17:45 ~ 18:45	17:45 ~ 18:45									
Basic	Back & Arm	Pilates Barre		Waist	Basic	Back & Arm									
Yuki.I	Yuki.I	Uki.S		Megu.A	Megu.A	Yuki.I									
19:15 ~ 20:15	close	close		19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15									
Release&Strength				Basic	Stretch & Conditioning	Pilates Barre									
aika.K				aika.K	Yuki.I	Uki.S									
20:45 ~ 21:45				20:45 ~ 21:45	20:45 ~ 21:45	20:45 ~ 21:45									
Back & Arm				Leg Lines	Shape up waist	Basic									
Yuki.I				Megu.A	Megu.A	Yuki.I									


※：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		【 01/17 ~ 01/24 】 スケジュール						2025/12/13 更新
01/17	01/18	01/19	01/20	01/21	01/22	01/23	01/24	
土	日	月	火	水	木	金	土	
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close
Pilates Workout	Basic		Basic	Back & Arm		Pilates Barre	jump to burn	
aika.K	Megu.A		aika.K	Yuki.I		Uki.S	Megu.A	
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	
Waist	Back & Arm		Back & Arm	Release&Strength		Waist	Hip & Leg	
Megu.A	Yuki.I		Yuki.I	aika.K		Megu.A	Uki.S	
13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	

Release&Strength	jump to burn		Hip & Leg	Basic		Back & Spine	Waist
aika.K	Megu.A		aika.K	Yuki.I	close	Uki.S	Megu.A
15:00 ~ 16:00			15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00			15:00 ~ 16:00
Pilates Barre			Waist	Shape up waist			Basic
Uki.S			Megu.A	Megu.A			Uki.S
close	close	close	close	close		close	close
17:30 ~ 18:30	16:30 ~ 17:30		16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30	17:45 ~ 18:45	17:45 ~ 18:45	17:30 ~ 18:30
Basic	Stretch & Conditioning		Shape up waist	Leg Lines	Hip & Leg	Basic	Pilates Barre
Uki.S	Yuki.I		Megu.A	Megu.A	aika.K	Yuki.I	Uki.S
			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	
close	close		Stretch & Conditioning	Waist	Stretch & Conditioning	Leg Lines	
			Yuki.I	aika.K	Yuki.I	Megu.A	
			close	close	20:45 ~ 21:45	20:45 ~ 21:45	close
					Pilates Workout	Back & Arm	
					aika.K	Yuki.I	

pilatesK 静岡店 【 01/25 ~ 01/31 】 スケジュール

01/25	01/26	01/27	01/28	01/29	01/30	01/31
日	月	火	水	木	金	土
10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Stretch & Conditioning		Back & Arm	Hip & Leg		Basic	Release&Strength
Yuki.I		Yuki.I	aika.K		Megu.A	aika.K
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00
Leg Lines		Pilates Workout	Stretch & Conditioning		jump to burn	Basic
Megu.A		aika.K	Yuki.I		aika.K	Yuki.I
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30
Basic		Basic			Leg Lines	Pilates Barre
Yuki.I		Yuki.I			Megu.A	Uki.S
close	close	close	close	close	close	15:00 ~ 16:00
						Back & Arm
						Yuki.I
						close
16:30 ~ 17:30		17:45 ~ 18:45	17:45 ~ 18:45	17:45 ~ 18:45	17:45 ~ 18:45	17:30 ~ 18:30
Shape up waist		Hip & Leg	Back & Arm	Basic	Back & Spine	Shape up waist
Megu.A		Uki.S	Uki.S	aika.K	Uki.S	Megu.A
		19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	
close		Release&Strength	Basic	Waist	Hip & Leg	
		aika.K	Yuki.I	Megu.A	aika.K	
		20:45 ~ 21:45	20:45 ~ 21:45	20:45 ~ 21:45	20:45 ~ 21:45	
		Pilates Barre	Back & Spine	Hip & Leg	Basic	
		Uki.S	Uki.S	aika.K	Uki.S	

 : 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、翌月の予約可能回数が1回に制限されます。