

pilatesK MEGAドンキホーテUNY 浜松泉町		【 12/01 ~ 12/08 】		スケジュール		2025/12/07 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		
					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
					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	Erina.K	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	close	
		Back&Arm			Basic				
			Nana	Erina.K					
			close	close	close	close			
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00					18:00 ~ 19:00	17:30 ~ 18:30	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		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		2025/12/07 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		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	close	close	close
		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			
	Basic		Hip &Leg						
	未確定		nana.f						
	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	17:30 ~ 18:30	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			
	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	17:30 ~ 18:30			
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					
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週間前迄にお願ひしております。
 ・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。