

pilatesK 浜松メゾン店

【 02/17 ~ 02/24 】 スケジュール

2026/01/30 更新

02/17	02/18	02/19	02/20	02/21	02/22	02/23	02/24	
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	
Leg Lines	Waist 🏊		Stretch & Conditioning 🏊	Back & Arm 🏊	Basic 🏊		Waist 🏊	
Kayoko.T	Nao.M		lisa.y	Nana	Nana		lisa.y	
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	
Waist 🏊	Pilates Barre		Hip & Leg 🏊	Basic 🏊	Body Balance		Pre Basic 🏊	
Nao.M	未確定		Kayoko.T	Kayoko.T	Kayoko.T		Nana	
13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	
Basic 🏊			Pilates Barre	Back & Spine	jump to burn		Hip & Leg 🏊	
Kayoko.T			lisa.y	Nana	Kayoko.T		lisa.y	
close			close	close	15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30	close
					Shape up waist		Back & Arm 🏊	
					Kayoko.T		Nana	
					close		close	
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30			
Back & Arm 🏊	Body Balance	Hip & Leg 🏊	Back & Arm 🏊	Basic 🏊	Leg Lines			
Nao.M	Nao.M	lisa.y	Nana	Nana	Kayoko.T			
19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	close	19:00 ~ 20:00			
Stretch & Conditioning 🏊	Basic 🏊	jump to burn	Leg Lines		Basic 🏊			
lisa.y	Nao.M	Kayoko.T	Kayoko.T		Nana			
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30		20:30 ~ 21:30			
Hip & Leg 🏊	Back & Spine	Waist 🏊	Pre Basic 🏊		Back & Arm 🏊			
lisa.y	Nana	lisa.y	Nana		Kayoko.T			

pilatesK 浜松メゾン店

【 02/25 ~ 02/28 】 スケジュール

02/25	02/26	02/27	02/28
水	木	金	土
10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Basic 📍		Hip & Leg 📍	Basic 📍
Nana		lisa.y	Nana
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00
Leg Lines		Back & Spine	Pilates Barre
Kayoko.T		Nana	lisa.y
close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30
		Waist 📍	Stretch & Conditioning 📍
		lisa.y	lisa.y
		close	15:00 ~ 16:00
	Back & Arm 📍		
	Kayoko.T		
	close		
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30
Pilates Barre	Basic 📍	Body Balance	Shape up waist
lisa.y	Kayoko.T	Kayoko.T	Kayoko.T
19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	close
Back & Arm 📍	Hip & Leg 📍	Pre Basic 📍	
Kayoko.T	lisa.y	Nana	
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	
Waist 📍	Shape up waist	Basic 📍	
lisa.y	Kayoko.T	Kayoko.T	

🌱: 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回以上で、翌月の予約可能回数が1回に制限されます。