

## スケジュール

2026/01/16 更新

02/01	02/02	02/03	02/04	02/05	02/06	02/07	02/08							
日	月	火	水	木	金	土	日							
10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30							
Basic 🏋️		Back&Arm 🏋️	Basic 🏋️		Hip&Leg 🏋️	Basic 🏋️	Back&Arm 🏋️							
Erina.K		yun	yun		nana.f	Erina.K	yun							
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30							
Hip&Leg 🏋️		Hip&Leg 🏋️	Body Balance		Basic 🏋️	Shape up waist	Basic 🏋️							
nana.f		Erina.K	Erina.K		yun	yun	Sana.H							
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30							
Body Balance		Basic 🏋️			Shape up waist	Hip&Leg 🏋️	Waist 🏋️							
Erina.K		Erina.K			nana.f	Erina.K	Sana.H							
16:30 ~ 17:30		close			close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30							
Stretch&Conditioning 🏋️						Basic 🏋️	Pilates Workout							
nana.f						yun	yun							
close						close	close	close	close					
										18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	17:30 ~ 18:30
										Waist 🏋️	Back&Arm 🏋️	Waist 🏋️	Hip&Leg 🏋️	Body Balance
										Sana.H	nana.f	Sana.H	Erina.K	Erina.K
	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30						19:30 ~ 20:30	close			
	Basic 🏋️		Hip&Leg 🏋️	Basic 🏋️						Waist 🏋️				
	Sana.H		nana.f	Sana.H						Sana.H				
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00											
Pilates Workout	Basic 🏋️	Hip&Leg 🏋️	Basic 🏋️											
yun	Sana.H	Erina.K	Sana.H											

## スケジュール

02/09	02/10	02/11	02/12	02/13	02/14	02/15	02/16		
月	火	水	木	金	土	日	月		
close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close		
	Waist 🏃	Pilates Workout		Body Balance	Waist 🏃	Basic 🏃			
	Sana.H	yun		Erina.K	Sana.H	yun			
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30			
	Basic 🏃	Hip & Leg 🏃		Shape up waist	Back & Arm 🏃	Waist 🏃			
	Sana.H	nana.f		nana.f	yun	Sana.H			
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30			
	Hip & Leg 🏃	Basic 🏃		Back & Arm 🏃	Basic 🏃	Back & Arm 🏃			
	nana.f	Sana.H		nana.f	Sana.H	yun			
	close	15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00	close	15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30	
		Shape up waist		Body Balance		Basic 🏃			
		nana.f		yun		Sana.H			
	close	18:00 ~ 19:00		17:30 ~ 18:30	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		17:30 ~ 18:30	close
		Body Balance		Waist 🏃	Hip & Leg 🏃	Back & Arm 🏃		Basic 🏃	
		Erina.K		Sana.H	Erina.K	yun		Sana.H	
		19:30 ~ 20:30		close	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		close	
		Hip & Leg 🏃			Back & Arm 🏃	Basic 🏃			
		nana.f			yun	yun			
		21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
	Basic 🏃	Basic 🏃		Hip & Leg 🏃					
Erina.K	Erina.K	Erina.K							

※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。

※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・ホーテUNY 浜松泉町

【 02/17 ~ 02/24 】 スケジュール

2026/01/16 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		
Basic 🏊	Back & Arm 🏊		Waist 🏊	Pilates Workout	Stretch & Conditioning 🏊		Back & Arm 🏊		
yun	nana.f		Sana.H	yun	nana.f		nana.f		
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00		
Hip & Leg 🏊	Basic 🏊		Hip & Leg 🏊	Body Balance	Basic 🏊		Basic 🏊		
nana.f	Sana.H		Erina.K	Erina.K	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		
Pilates Workout			Basic 🏊	Waist 🏊	Shape up waist		Hip & Leg 🏊		
yun			Sana.H	Erina.K	nana.f		nana.f		
close			close	close	15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30	close	
					Basic 🏊		Body Balance		
					yun		Erina.K		
					close		close		
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
Basic 🏊			Hip & Leg 🏊	Shape up waist	Hip & Leg 🏊		Back & Arm 🏊		Waist 🏊
Sana.H			Erina.K	nana.f	nana.f		yun		Erina.K
19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		close		19:30 ~ 20:30
Waist 🏊			Basic 🏊	Hip & Leg 🏊	Back & Arm 🏊				Pilates Workout
Sana.H	Sana.H	nana.f	nana.f	yun					
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00					
Stretch & Conditioning 🏊	Waist 🏊	Body Balance	Basic 🏊	Basic 🏊					
nana.f	Erina.K	Erina.K	Erina.K	Sana.H					

pilatesK MEGAドン・ホーテUNY 浜松泉町

【 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	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Hip & Leg 🍃		Pilates Workout	Basic 🍃
nana.f		yun	Sana.H
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00
Body Balance		Basic 🍃	Stretch & Conditioning 🍃
Erina.K		Sana.H	nana.f
close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30
		Back & Arm 🍃	Pilates Workout
		yun	yun
		close	15:00 ~ 16:00
			Waist 🍃
			Sana.H
			close
		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
Basic 🍃	Stretch & Conditioning 🍃	Basic 🍃	Shape up waist
yun	nana.f	Erina.K	nana.f
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	close
Waist 🍃	Shape up waist	Waist 🍃	
Sana.H	nana.f	Sana.H	
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
Back & Arm 🍃	Basic 🍃	Body Balance	
yun	Sana.H	Erina.K	

🌿: 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。