

[02/01 ~ 02/08] スケジュール								2026/01/27	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		10:30 ~ 11:30	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			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					15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30			
Stretch & Conditioning					Basic	Pilates Workout			
nana.f					yun	yun			
close									
close									
close									
close									
close									
close									
close									
close									
close									
close									
close									
close									
close									
close									
close									
close									
close									
close									
close									
close									
close									
close									
close									
close									
close									
close									
close									
close									
close									
close									
close									
close									
close									
close									
close									
close									
close									
close									
close									
close									
close									
close									
close									
close									
close									
close									
close									
close									
close									
close									
close									
close									
close									
close									
close									
close									
close									
close									
close									
close									
close									
close									
close									
close									
close									
close									
close									
close									
close									
close									
close									
close									
close									
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 MEGAドン・ホ-UNY 浜松泉町

【 02/17 ~ 02/24 】 スケジュール

2026/01/27 更新

02/17	02/18	02/19	02/20	02/21	02/22	02/23	02/24
火 10:30 ~ 11:30 Basic yun	水 10:30 ~ 11:30 Back & Arm nana.f	木 10:30 ~ 11:30 Sana.H	金 12:00 ~ 13:00 Hip & Leg nana.f	土 10:30 ~ 11:30 Waist Sana.H	日 10:30 ~ 11:30 Pilates Workout yun	月 10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning nana.f	火 10:30 ~ 11:30 Back & Arm yun
12:00 ~ 13:00 Hip & Leg nana.f	12:30 ~ 13:30 Basic Sana.H	12:00 ~ 13:00 Erina.K	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Erina.K	12:00 ~ 13:00 Body Balance Erina.K	12:30 ~ 13:30 Basic Erina.K	12:00 ~ 13:00 Basic Erina.K	12:00 ~ 13:00 Basic Erina.K
13:30 ~ 14:30 Pilates Workout yun	close	close	13:30 ~ 14:30 Basic Sana.H	13:30 ~ 14:30 Waist Erina.K	14:30 ~ 15:30 Shape up waist nana.f	close	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Erina.K
18:00 ~ 19:00 Basic Sana.H	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Erina.K	18:00 ~ 19:00 Shape up waist nana.f	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg nana.f	18:00 ~ 19:00 Back & Arm yun	15:00 ~ 16:00 Basic yun	16:30 ~ 17:30 Body Balance Erina.K	18:00 ~ 19:00 Waist Sana.H
19:30 ~ 20:30 Waist Sana.H	19:30 ~ 20:30 Basic Sana.H	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg nana.f	19:30 ~ 20:30 Back & Arm nana.f	19:30 ~ 20:30 Back & Arm nana.f	17:30 ~ 18:30 close	close	19:30 ~ 20:30 Pilates Workout yun
21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning nana.f	21:00 ~ 22:00 Waist Erina.K	21:00 ~ 22:00 Body Balance Erina.K	21:00 ~ 22:00 Basic Erina.K	21:00 ~ 22:00 Basic Erina.K	close	close	21:00 ~ 22:00 Basic Sana.H

pilatesK MEGAドン・ホ-UNY 浜松泉町

【 02/25 ~ 02/28 】 スケジュール

02/25	02/26	02/27	02/28
水 10:30 ~ 11:30 Hip & Leg nana.f	木 10:30 ~ 11:30 Pilates Workout yun	金 10:30 ~ 11:30 Basic Sana.H	土 10:30 ~ 11:30 Basic Sana.H
12:30 ~ 13:30 Body Balance Erina.K	12:00 ~ 13:00 Basic Sana.H	12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning nana.f	12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning nana.f
13:30 ~ 14:30 Back & Arm yun	13:30 ~ 14:30 Back & Arm yun	13:30 ~ 14:30 Pilates Workout yun	15:00 ~ 16:00 Waist Sana.H
18:00 ~ 19:00 Basic yun	18:00 ~ 19:00 Stretch & Conditioning nana.f	18:00 ~ 19:00 Basic Erina.K	17:30 ~ 18:30 Shape up waist nana.f
19:30 ~ 20:30 Waist Sana.H	19:30 ~ 20:30 Shape up waist nana.f	19:30 ~ 20:30 Waist Sana.H	close
21:00 ~ 22:00 Back & Arm yun	21:00 ~ 22:00 Basic Sana.H	21:00 ~ 22:00 Body Balance Erina.K	close

■ : 体験可レッスン
 - 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。