

pilatesK 静岡店		【 02/01 ~ 02/08 】				スケジュール		2026/01/14 週別	
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		10:30 ~ 11:30	
Basic 🌱		Shape up waist	Back & Arm 🌱		Waist 🌱	Basic 🌱		Back & Arm 🌱	
Uki.S		Megu.A	Yuki.I		Megu.A	Yuki.I		Yuki.I	
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30	
Waist 🌱		Release&Strength	Waist 🌱		Back & Spine	Hip & Leg 🌱		Pilates Barre	
Yuki.I		aika.K	Megu.A		Uki.S	Uki.S		Uki.S	
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		14:30 ~ 15:30	
Pilates Barre		Leg Lines			Basic 🌱	Back & Arm 🌱		Waist 🌱	
Uki.S		Megu.A			Megu.A	Uki.S		Yuki.I	
Close	Close	Close	Close		15:00 ~ 16:00	Stretch & Conditioning 🌱			
						Yuki.I			
16:30 ~ 17:30		17:45 ~ 18:45	17:45 ~ 18:45	17:45 ~ 18:45	17:45 ~ 18:45	17:30 ~ 18:30	16:30 ~ 17:30		
Stretch & Conditioning 🌱		Basic 🌱	Pilates Workout	Waist 🌱	Back & Arm 🌱	Pilates Barre	Pre Basic 🌱		
Yuki.I		Uki.S	aika.K	Megu.A	Yuki.I	Uki.S	Uki.S	Uki.S	
Close	Close	Close	Close	Close	Close	Close	Close	Close	
19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15				
Waist 🌱	Leg Lines	Back & Arm 🌱	Pre Basic 🌱						
aika.K	Megu.A	Yuki.I	Uki.S						
20:45 ~ 21:45	20:45 ~ 21:45	20:45 ~ 21:45	20:45 ~ 21:45	20:45 ~ 21:45	20:45 ~ 21:45				
Hip & Leg 🌱	Basic 🌱	jump to burn	Stretch & Conditioning 🌱						
Uki.S	aika.K	Megu.A	Yuki.I						

pilatesK 静岡店		[02/09 ~ 02/16]		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	Close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
		Hip & Leg 🌸	Leg Lines	Basic 🌸	Stretch & Conditioning 🌸	Waist 🌸		
		Uki.S	Megu.A	aika.K	Yuki.I	Megu.A		
		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		
		jump to burn	Back & Arm 🌸	Leg Lines	Back & Arm 🌸	Release&Strength		
		Megu.A	Yuki.I	Megu.A	Yuki.I	aika.K		
		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		
		Basic 🌸	Hip & Leg 🌸	Pilates Workout	Shape up waist	Basic 🌸		
		Uki.S	Uki.S	aika.K	Megu.A	Megu.A		
		15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00		
Close	Close	Pre Basic 🌸		Basic 🌸		Basic 🌸		
		Uki.S		Yuki.I		Yuki.I		
		Close		Close		Close		
		Close		Close		Close		
		Close		Close		Close		
17:45 ~ 18:45		17:45 ~ 18:45	17:45 ~ 18:45	17:45 ~ 18:45	17:30 ~ 18:30	16:30 ~ 17:30		
Stretch & Conditioning 🌸		Shape up waist		Hip & Leg 🌸		Waist 🌸		
Yuki.I		Megu.A		Uki.S		Leg Lines		
19:15 ~ 20:15		19:15 ~ 20:15		19:15 ~ 20:15		jump to burn		
Leg Lines		Release&Strength		Pilates Barre		aika.K		
Megu.A		aika.K		Uki.S		Close		
20:45 ~ 21:45		20:45 ~ 21:45		20:45 ~ 21:45		Close		
Waist 🌸		Basic 🌸		Hip & Leg 🌸		Close		
Yuki.I		Uki.S		Uki.S		Close		

■ 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。
・レッスン開始時刻時間帯に切ってのキャンセルは時間外キャンセルとなります。
※時間外キャンセルは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		[02/17 ~ 02/24]				スケジュール		2026/01/14	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			
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30			
Leg Lines	Back & Arm		jump to burn	Pre Basic	Release&Strength				Stretch & Conditioning
Megu.A	Yuki.I		Megu.A	Uki.S	aika.K				Yuki.I
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 13:00			12:00 ~ 13:00
Back & Arm	Basic		Hip & Leg	Waist	Basic				Leg Lines
Yuki.I	Megu.A		aika.K	Yuki.I	Uki.S				aika.K
13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 13:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30				13:30 ~ 14:30
Shape up waist			Basic	Pilates Barre	Pilates Workout				Back & Arm
Megu.A			Megu.A	Uki.S	aika.K				Yuki.I
				15:00 ~ 16:00					

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

pilatesK 静岡店 [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	Waist
Megu.A		aika.K	Megu.A
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00
Hip & Leg		Basic	Pilates Barre
Uki.S		Yuki.I	Uki.S
		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30
		Waist	Release&Strength
		aika.K	aika.K
			15:00 ~ 16:00
			Back & Spine
			Uki.S
		Close	Close
17:45 ~ 18:45	17:45 ~ 18:45	17:45 ~ 18:45	17:30 ~ 18:30
Release&Strength	Basic	Pilates Barre	Leg Lines
aika.K	Yuki.I	Uki.S	Megu.A
19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	
Back & Arm	jump to burn	Back & Arm	
Yuki.I	Megu.A	Yuki.I	
20:45 ~ 21:45	20:45 ~ 21:45	20:45 ~ 21:45	
Pilates Workout	Stretch & Conditioning	Pre Basic	
aika.K	Yuki.I	Uki.S	

* : 体験料無料のレッスン
 ノックの種別はオンラ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。