

スケジュール

更

close

スケジュール

- ※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 浜松メゾン店

【 03/17 ~ 03/24 】 スケジュール

2026/02/13 更新

03/17	03/18	03/19	03/20	03/21	03/22	03/23	03/24
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
Pre Basic 🍃	Basic 🍃		Back & Arm 🍃	Stretch & Conditioning 🍃	Waist 🍃		Basic 🍃
Nana	Nana		Nana	lisa.y	Kayoko.T		Kayoko.T
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00
Back & Spine	Shape up waist		Basic 🍃	Hip & Leg 🍃	Basic 🍃		Hip & Leg 🍃
Nao.M	Kayoko.T		Nao.M	Nao.M	Nao.M		未確定
13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30
Basic 🍃			Shape up waist	Waist 🍃	Back & Arm 🍃		Waist 🍃
Nana			Kayoko.T	lisa.y	Kayoko.T		lisa.y
close			15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close
			Basic 🍃	Pilates Barre	Pilates Cardio		
			Nana	lisa.y	Nao.M		
			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		
Waist 🍃	Basic 🍃	Hip & Leg 🍃	Pilates Cardio	Back & Arm 🍃	Basic 🍃		
lisa.y	Nao.M	lisa.y	Nao.M	Kayoko.T	Nao.M		
19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	close	close	19:00 ~ 20:00		
Basic 🍃	Release&Strength	Back & Spine			Back & Arm 🍃		
Kayoko.T	Kayoko.T	Nana			Nana		
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30			20:30 ~ 21:30		
Hip & Leg 🍃	Back & Arm 🍃	Waist 🍃			Pilates Cardio		
lisa.y	Nao.M	lisa.y			Nao.M		

pilatesK 浜松メゾン店

【 03/25 ~ 03/31 】 スケジュール

03/25	03/26	03/27	03/28	03/29	03/30	03/31
水	木	金	土	日	月	火
10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30
Pilates Barre		Hip & Leg 🌿	Basic 🌿	Hip & Leg 🌿		Shape up waist
lisa.y		lisa.y	Nao.M	lisa.y		Nao.M
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00
Basic 🌿		Back & Arm 🌿	Release&Strength	Stretch & Conditioning 🌿		Body Balance
Kayoko.T		Nana	Nana	Kayoko.T		Kayoko.T
close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30
		Stretch & Conditioning 🌿	Back & Spine	Pilates Cardio		Basic 🌿
		lisa.y	Nao.M	Nao.M		Nao.M
		close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close
	Pre Basic 🌿		Pilates Barre			
	Nana		lisa.y			
	close		close			
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	close	17:30 ~ 18:30	
Pre Basic 🌿	Waist 🌿	Body Balance	Hip & Leg 🌿		Back & Spine	
Nana	lisa.y	Kayoko.T	Nao.M		Nana	
19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	close		19:00 ~ 20:00	
Shape up waist	Basic 🌿	Back & Spine			Waist 🌿	
Nao.M	Kayoko.T	Nao.M			Nao.M	
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30			20:30 ~ 21:30	
Basic 🌿	Hip & Leg 🌿	Basic 🌿			Release&Strength	
Nana	lisa.y	Kayoko.T			Nana	

🍃 : 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。