

pilatesK MEGAドン・キホーテUNY 浜松県町 【 04/01 ~ 04/08 】 スケジュール 2020/04/18 更新

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

pilatesK MEGAドン・キホーテUNY 浜松県町 【 04/09 ~ 04/16 】 スケジュール

04/09	04/10	04/11	04/12	04/13	04/14	04/15	04/16		
木	金	土	日	月	火	水	木		
close	10:30 ~ 11:30 Basic Sana.H	10:30 ~ 11:30 Back&Arm TOKO.J	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Hiroyo.M	close	10:30 ~ 11:30 Waist Sana.H	10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning Hiroyo.M	close		
	12:00 ~ 13:00 jump to burn Erina.K	12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning Hiroyo.M	12:30 ~ 13:30 Back&Arm TOKO.J		12:00 ~ 13:00 Back&Arm TOKO.J	12:00 ~ 13:00 Basic Sana.H			
	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg nana.f	13:30 ~ 14:30 Back&Arm TOKO.J	14:30 ~ 15:30 Pre Basic Hiroyo.M		13:30 ~ 14:30 Pre Basic nana.f	13:30 ~ 14:30 Waist Sana.H			
	close	15:00 ~ 16:00 Pre Basic Hiroyo.M	16:30 ~ 17:30 Back&Arm TOKO.J		close	15:00 ~ 16:00 Hip & Leg nana.f		15:00 ~ 16:00 jump to burn nana.f	
		close	close			close		close	
	18:00 ~ 19:00 Basic Sana.H	18:00 ~ 19:00 Pilates Workout Hiroyo.M	17:30 ~ 18:30 Hip & Leg Hiroyo.M		close	17:30 ~ 18:30 Body Balance Erina.K		17:30 ~ 18:30 Hip & Leg nana.f	18:00 ~ 19:00 Pre Basic nana.f
	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Erina.K	19:30 ~ 20:30 Pre Basic Hiroyo.M	close			close		close	19:30 ~ 20:30 Back&Arm TOKO.J
	21:00 ~ 22:00 Pre Basic nana.f	21:00 ~ 22:00 Back&Arm TOKO.J							21:00 ~ 22:00 jump to burn nana.f

・体験可能レッスン
 ・クラスの個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週間前までお問い合わせしております。
 ・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。

04/17	04/18	04/19	04/20	04/21	04/22	04/23	04/24	
金	土	日	月	火	水	木	金	
10:30 ~ 11:30 Back&Arm TOKO.J	10:30 ~ 11:30 Waist Hiroyo.M	10:30 ~ 11:30 Stretch&Conditioning Hiroyo.M	close	10:30 ~ 11:30 Hip&Leg nana.f	10:30 ~ 11:30 Waist nana.f	close	10:30 ~ 11:30 Hip&Leg nana.f	
12:00 ~ 13:00 Hip&Leg nana.f	12:00 ~ 13:00 Back&Arm TOKO.J	12:30 ~ 13:30 Pre Basic nana.f		12:00 ~ 13:00 Waist Sana.H	12:30 ~ 13:30 jump to burn nana.f		12:00 ~ 13:00 Pilates Workout Hiroyo.M	
13:30 ~ 14:30 Pre Basic nana.f	13:30 ~ 14:30 Pre Basic Hiroyo.M	14:30 ~ 15:30 Hip&Leg Hiroyo.M		13:30 ~ 14:30 Stretch&Conditioning nana.f			13:30 ~ 14:30 Back&Arm TOKO.J	
18:00 ~ 19:00 Hip&Leg Hiroyo.M	17:30 ~ 18:30 Back&Arm TOKO.J	close		18:00 ~ 19:00 Pre Basic nana.f	18:00 ~ 19:00 Back&Arm TOKO.J		18:00 ~ 19:00 Hip&Leg Hiroyo.M	18:00 ~ 19:00 Back&Arm TOKO.J
19:30 ~ 20:30 Basic Sana.H	close	close		19:30 ~ 20:30 Back&Arm TOKO.J	19:30 ~ 20:30 Basic Sana.H		19:30 ~ 20:30 Waist nana.f	19:30 ~ 20:30 Body Balance Sana.H
21:00 ~ 22:00 Body Balance Sana.H				21:00 ~ 22:00 Body Balance Sana.H	21:00 ~ 22:00 Body Balance Sana.H		21:00 ~ 22:00 Basic Sana.H	21:00 ~ 22:00 Waist Sana.H

04/25	04/26	04/27	04/28	04/29	04/30
土	日	月	火	水	木
10:30 ~ 11:30 Body Balance Sana.H	10:30 ~ 11:30 Back&Arm TOKO.J	close	10:30 ~ 11:30 Waist Lisa	10:30 ~ 11:30 Back&Arm TOKO.J	close
12:00 ~ 13:00 Basic Sana.H	12:00 ~ 13:00 Waist nana.f		12:00 ~ 13:00 Stretch&Conditioning nana.f	12:00 ~ 13:00 Waist Sana.H	
13:30 ~ 14:30 Back&Arm TOKO.J	14:30 ~ 15:30 Pre Basic nana.f		13:30 ~ 14:30 Hip&Leg Lisa	13:30 ~ 14:30 Basic Sana.H	
15:00 ~ 16:00 Basic Sana.H	16:30 ~ 17:30 Back&Arm TOKO.J		15:00 ~ 16:00 Back&Arm TOKO.J	17:30 ~ 18:30 Body Balance Sana.H	
17:30 ~ 18:30 Back&Arm TOKO.J	close		18:00 ~ 19:00 Back&Arm TOKO.J	18:00 ~ 19:00 Back&Arm TOKO.J	
close			19:30 ~ 20:30 jump to burn nana.f	19:30 ~ 20:30 Body Balance Sana.H	
			21:00 ~ 22:00 Pre Basic nana.f	21:00 ~ 22:00 Pilates Workout Hiroyo.M	

・休職可能レッスン
 ・クラスの曜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サイトまでご確認ください。
 ・ご予約されたレッスンをごキャンセルされる場合は、1週間前迄にお願ひしております。
 ・レッスン開始時間1時間前迄までのキャンセルは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。