

06/01	06/02	06/03	06/04	06/05	06/06	06/07	06/08		
月	火	水	木	金	土	日	月		
close	10:30 ~ 11:30 Basic Nao.M	10:30 ~ 11:30 jump to burn natsuko	close	10:30 ~ 11:30 Basic Nao.M	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg natsuko	10:30 ~ 11:30 Basic Nana	close		
	12:00 ~ 13:00 Hip Punch Nana	12:30 ~ 13:30 Pre Basic natsuko		12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Nao.M	12:00 ~ 13:00 Waist Nao.M	12:30 ~ 13:30 Pilates Cardio Nao.M			
	13:30 ~ 14:30 Back & Arm Nao.M	close		13:30 ~ 14:30 Back & Spine Nana	13:30 ~ 14:30 Pilates Cardio natsuko	14:30 ~ 15:30 Stretch & Conditioning Nana			
	17:30 ~ 18:30 Basic natsuko			17:30 ~ 18:30 Waist Nao.M	17:30 ~ 18:30 Basic Nana	17:30 ~ 18:30 Back & Arm Nana		17:30 ~ 18:30 Hip Punch natsuko	
	19:00 ~ 20:00 Hip & Leg Nao.M	19:00 ~ 20:00 Basic Nana		19:00 ~ 20:00 Back & Spine Nana	19:00 ~ 20:00 Pre Basic natsuko	close		close	close
	20:30 ~ 21:30 jump to burn Natsuko	20:30 ~ 21:30 Body Balance Nao.M		20:30 ~ 21:30 Waist Nao.M	20:30 ~ 21:30 Release & Strength Nana				

06/09	06/10	06/11	06/12	06/13	06/14	06/15	06/16	
火	水	木	金	土	日	月	火	
10:30 ~ 11:30 Body Balance natsuko	10:30 ~ 11:30 Pre Basic natsuko	close	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Nao.M	10:30 ~ 11:30 Basic natsuko	10:30 ~ 11:30 Hip Punch Nana	close	10:30 ~ 11:30 Basic Nana	
12:00 ~ 13:00 Basic Nao.M	12:30 ~ 13:30 Stretch & Conditioning Nana		12:00 ~ 13:00 Back & Arm Nana	12:00 ~ 13:00 jump to burn Nao.M	12:30 ~ 13:30 Pre Basic natsuko		12:00 ~ 13:00 Body Balance natsuko	
13:30 ~ 14:30 Hip & Leg natsuko	close		13:30 ~ 14:30 Basic Nao.M	13:30 ~ 14:30 Body Balance natsuko	14:30 ~ 15:30 Hip & Leg Nana		13:30 ~ 14:30 Back & Arm Nana	
17:30 ~ 18:30 Back & Arm Nao.M			17:30 ~ 18:30 Basic Nao.M	17:30 ~ 18:30 Back & Arm Nao.M	17:30 ~ 18:30 Waist Natsuko		17:30 ~ 18:30 Hip & Leg Nao.M	17:30 ~ 18:30 Waist natsuko
19:00 ~ 20:00 Release & Strength Nana	19:00 ~ 20:00 Pilates Cardio natsuko		19:00 ~ 20:00 Hip Punch natsuko	19:00 ~ 20:00 Basic Nana	close		close	19:00 ~ 20:00 Basic natsuko
20:30 ~ 21:30 Basic Nao.M	20:30 ~ 21:30 Waist Nao.M		20:30 ~ 21:30 Basic Nao.M	20:30 ~ 21:30 Back & Spine natsuko				20:30 ~ 21:30 Release & Strength Nana

・休職可能レッスン  
 ・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週間前までにお申し込みしております。  
 ・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。

pilatesK 浜松メイトン店

【 06/17 ~ 06/24 】 スケジュール

2026/05/24 更新

06/17	06/18	06/19	06/20	06/21	06/22	06/23	06/24	
水	木	金	土	日	月	火	水	
10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
Pre Basic		Basic	Hip Punch	Hip&Leg		Back & Arm	Release&Strength	
natsuko		natsuko	natsuko	TOKO.J		未確定	Nana	
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30
jump to burn		Body Balance	Basic	Back & Arm		Back & Arm	Hip & Leg	Basic
Nao.M		Sana.H	Nao.M	TOKO.J		TOKO.J	Nana	Nana
close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		14:30 ~ 15:30	13:30 ~ 14:30	close
		Waist	Pilates Cardio	Basic		Basic	Back & Spine	
		Sana.H	Nao.M	natsuko		natsuko	natsuko	
		15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30		jump to burn	close	
Hip & Leg	jump to burn	jump to burn	natsuko					
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30		
Hip Punch	Pilates Cardio	Hip & Leg	Pre Basic	close	Back & Arm	Waist		
Natsuko	Nao.M	TOKO.J	natsuko		未確定	Nao.M		
19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	close	close	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00		
Stretch & Conditioning	Basic	Back & Spine			Waist	Back & Arm		
Nana	Nao.M	natsuko			natsuko	未確定		
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	close	close	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30		
Back & Spine	Waist	Hip & Leg			Pre Basic	jump to burn		
Nana	Nana	TOKO.J			natsuko	Nao.M		

pilatesK 浜松メイトン店

【 06/25 ~ 06/30 】 スケジュール

06/25	06/26	06/27	06/28	06/29	06/30	
木	金	土	日	月	火	
close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	
	Release&Strength	Basic	Back & Arm		Basic	
	Nana	natsuko	未確定		Nana	
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 13:00
	Hip Punch	Back & Arm	Basic		Basic	Back & Arm
	Nana	TOKO.J	Nao.M		未確定	
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		14:30 ~ 15:30	13:30 ~ 14:30
	Back & Arm	Hip & Leg	Back & Arm		Back & Arm	Waist
	未確定	TOKO.J	未確定		未確定	Nao.M
	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30		16:30 ~ 17:30	close
Waist	Pilates Cardio	Pilates Cardio	Nao.M			
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	close	17:30 ~ 18:30		
Stretch & Conditioning	Basic	Hip & Leg		Release&Strength		
Nao.M	natsuko	TOKO.J		Nana		
19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	close		19:00 ~ 20:00		
Body Balance	Back & Arm			Back & Spine		
Nao.M	未確定			Nao.M		
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	close	20:30 ~ 21:30			
Back & Arm	Pre Basic		Pilates Cardio			
未確定	natsuko		Nao.M			

・休職可能レッスン  
 ・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サイトまでご確認ください。  
 ・ご予約されたレッスンをキャンセルされる場合は、1週間前までにお申し込みをお願いします。  
 ・レッスンの開始時間1週間前までのキャンセルは前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。