

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 Stretch & Conditioning Yuki.I	10:30 ~ 11:30 Waist Yuki.I	close	10:30 ~ 11:30 Basic Megu.A	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre Uki.S	10:30 ~ 11:30 Waist Yuki.I	close	
	12:00 ~ 13:00 Shape up waist Megu.A	12:30 ~ 13:30 Pilates Workout Uki.S		12:00 ~ 13:00 Hip & Leg ayumi	12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning ayumi	12:30 ~ 13:30 Pre Basic Uki.S		
	13:30 ~ 14:30 Basic Yuki.I			13:30 ~ 14:30 jump to burn Megu.A	13:30 ~ 14:30 Basic Megu.A	14:30 ~ 15:30 Back & Arm Yuki.I		
					15:00 ~ 16:00 Pilates Workout Uki.S			
	17:45 ~ 18:45 Back & Spine Uki.S	17:45 ~ 18:45 jump to burn Megu.A		17:45 ~ 18:45 Back & Arm ayumi	17:45 ~ 18:45 Release&Strength Yuki.I	17:30 ~ 18:30 Hip & Leg ayumi		16:30 ~ 17:30 Back & Spine Uki.S
	19:15 ~ 20:15 Waist Megu.A	19:15 ~ 20:15 Release&Strength Yuki.I		19:15 ~ 20:15 jump to burn Yuki.I	19:15 ~ 20:15 Waist ayumi			
	20:45 ~ 21:45 Pilates Barre Uki.S	20:45 ~ 21:45 Basic Megu.A		20:45 ~ 21:45 Hip & Leg ayumi	20:45 ~ 21:45 Back & Arm Yuki.I			

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 Pilates Workout Uki.S	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Megu.A	close	10:30 ~ 11:30 Release&Strength Yuki.I	10:30 ~ 11:30 Basic Uki.S	10:30 ~ 11:30 Shape up waist Megu.A	close	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg ayumi	
12:00 ~ 13:00 Back & Arm Yuki.I	12:30 ~ 13:30 Pilates Barre Uki.S		12:00 ~ 13:00 Back & Spine Uki.S	12:00 ~ 13:00 Release&Strength Yuki.I	12:30 ~ 13:30 Basic ayumi		12:00 ~ 13:00 Basic Megu.A	
13:30 ~ 14:30 Pre Basic Uki.S			13:30 ~ 14:30 Waist Yuki.I	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg ayumi	14:30 ~ 15:30 jump to burn Megu.A		13:30 ~ 14:30 Back & Arm ayumi	
					15:00 ~ 16:00 Back & Arm ayumi			
17:45 ~ 18:45 Hip & Leg Megu.A	17:45 ~ 18:45 Basic ayumi		17:45 ~ 18:45 Stretch & Conditioning Yuki.I	17:45 ~ 18:45 Back & Arm ayumi	17:30 ~ 18:30 Pilates Barre Uki.S		16:30 ~ 17:30 Waist ayumi	17:45 ~ 18:45 jump to burn Yuki.I
19:15 ~ 20:15 Basic Yuki.I	19:15 ~ 20:15 Waist Yuki.I		19:15 ~ 20:15 Hip & Leg ayumi	19:15 ~ 20:15 Pilates Workout Uki.S				19:15 ~ 20:15 Waist Megu.A
20:45 ~ 21:45 Shape up waist Megu.A	20:45 ~ 21:45 Stretch & Conditioning ayumi		20:45 ~ 21:45 jump to burn Yuki.I	20:45 ~ 21:45 Basic ayumi				20:45 ~ 21:45 Release&Strength Yuki.I

👉：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週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 静岡店

【 06/17 ~ 06/24 】 スケジュール

2026/05/13 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	
Back & Spine		Shape up waist	Back & Arm	Hip & Leg		Waist	jump to burn	
Uki.S		Megu.A	Yuki.I	ayumi		ayumi	Megu.A	
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30
Waist		Back & Arm	Basic	Waist		Release&Strength	Basic	
ayumi		Yuki.I	ayumi	Megu.A		Yuki.I	ayumi	
close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		close	13:30 ~ 14:30	close
		Basic	jump to burn	Stretch & Conditioning			Hip & Leg	
		Megu.A	Yuki.I	ayumi			ayumi	
		15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	close			close	
Hip & Leg	Hip & Leg							
ayumi	ayumi	close	close					
close	close							
17:45 ~ 18:45	17:45 ~ 18:45	17:45 ~ 18:45	17:30 ~ 18:30	16:30 ~ 17:30	17:45 ~ 18:45	17:45 ~ 18:45		
Shape up waist	Basic	Hip & Leg	Release&Strength	Shape up waist	Pilates Workout	Back & Arm		
Megu.A	Yuki.I	ayumi	Yuki.I	Megu.A	Uki.S	Yuki.I		
19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	close	close	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15		
Stretch & Conditioning	jump to burn	Release&Strength			Basic	Shape up waist		
ayumi	Megu.A	Yuki.I			Megu.A	Megu.A		
20:45 ~ 21:45	20:45 ~ 21:45	20:45 ~ 21:45	close	close	20:45 ~ 21:45	20:45 ~ 21:45		
Basic	Back & Arm	Waist			Pilates Barre	Release&Strength		
Megu.A	Yuki.I	ayumi			Uki.S	Yuki.I		

pilatesK 静岡店

【 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
	Basic	Shape up waist	Pilates Barre		Hip & Leg
	Megu.A	Megu.A	Uki.S		Uki.S
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00
	Pilates Workout	Release&Strength	Basic		Basic
	Uki.S	Yuki.I	Megu.A		未定
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30
	Hip & Leg	Waist	Pilates Workout		Back & Spine
	Megu.A	ayumi	Uki.S		Uki.S
	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	close		close
Basic	Basic				
Megu.A	Megu.A	close	close		
close	close				
17:45 ~ 18:45	17:45 ~ 18:45	17:30 ~ 18:30	16:30 ~ 17:30	17:45 ~ 18:45	
Stretch & Conditioning	Waist	jump to burn	Hip & Leg	Release&Strength	
ayumi	ayumi	Yuki.I	Megu.A	Yuki.I	
19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	close	close	19:15 ~ 20:15	
Waist	Pre Basic			Pilates Barre	
Yuki.I	Uki.S			Uki.S	
20:45 ~ 21:45	20:45 ~ 21:45	close	close	20:45 ~ 21:45	
Hip & Leg	Back & Arm			jump to burn	
ayumi	ayumi			Yuki.I	

👉 : 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。