

pilatesK 浜松メゾン店

【 06/01 ~ 06/08 】 スケジュール

2026/06/27 更新

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	close	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	
	Basic 🍃			Hip & Leg 🍃	Basic 🍃			
	Nao.M			natsuko	Nana			
	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30			
	Hip Punch	Pre Basic 🍃		Waist 🍃	Pilates Cardio			
	Nana	natsuko		Nao.M	Nao.M			
	13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		
	Back & Arm 🍃			Back & Spine	Pilates Cardio	Stretch & Conditioning 🍃		
	Nao.M			Nana	natsuko	Nana		
	close	close		close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		
					Basic 🍃	Body Balance		
					Nao.M	Nao.M		
	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30		close
	Basic 🍃	Waist 🍃		Basic 🍃	Back & Arm 🍃	Hip Punch		
natsuko	Nao.M	Nana	Nana	natsuko				
19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	close				
Hip & Leg 🍃	Basic 🍃	Back & Spine	Pre Basic 🍃					
Nao.M	Nana	Nana	natsuko					
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30					
jump to burn	Body Balance	Waist 🍃	Release&Strength					
natsuko	Nao.M	Nao.M	Nana					

pilatesK 浜松メゾン店

【 06/09 ~ 06/16 】 スケジュール

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	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	
Body Balance	Pre Basic 🍃		Hip & Leg 🍃	Basic 🍃	Hip Punch		Basic 🍃	
natsuko	natsuko		Nao.M	natsuko	Nana		Nana	
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	
Basic 🍃	Stretch & Conditioning 🍃		Back & Arm 🍃	jump to burn	Pre Basic 🍃		Body Balance	
Nao.M	Nana		Nana	Nao.M	natsuko		natsuko	
13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	
Hip & Leg 🍃			Basic 🍃	Body Balance	Hip & Leg 🍃		Back & Arm 🍃	
natsuko			Nao.M	natsuko	Nana		Nana	
close			close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close	
				Waist 🍃	Basic 🍃			
	Nao.M			natsuko				
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30		close	17:30 ~ 18:30
Back & Arm 🍃	Basic 🍃		Back & Arm 🍃	Waist 🍃	Hip & Leg 🍃			Waist 🍃
Nao.M	Nao.M		Nao.M	Natsuko	Nao.M			natsuko
19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	close	19:00 ~ 20:00			
Release&Strength	Pilates Cardio	Hip Punch	Basic 🍃		Basic 🍃			
Nana	natsuko	natsuko	Nana		natsuko			
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	close	20:30 ~ 21:30			
Basic 🍃	Waist 🍃	Basic 🍃	Back & Spine		Release&Strength			
Nao.M	Nao.M	Nao.M	natsuko		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 浜松メゾン店		【 06/17 ~ 06/24 】			スケジュール		2026/06/27	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 🌱	Pilates Cardio			
natsuko		natsuko	natsuko	TOKO.J		Reina.K	natsuko			
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30			
jump to burn		Body Balance	Basic 🌱	Back & Arm 🌱		Hip & Leg 🌱	Basic 🌱			
Nao.M		Sana.H	Nao.M	TOKO.J		TOKO.J	natsuko			
close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close			
		Waist 🌱	Pilates Cardio	Basic 🌱		Back & Spine				
		Sana.H	Nao.M	natsuko		natsuko				
		close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close				
			Hip & Leg 🌱	jump to burn						
			natsuko	natsuko						
		17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30		close	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30
		Hip Punch	Pilates Cardio	Hip & Leg 🌱		Pre Basic 🌱			Back & Arm 🌱	Waist 🌱
		natsuko	Nao.M	TOKO.J		natsuko			Reina.K	Nao.M
		19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00		close			19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00
		Stretch & Conditioning 🌱	Basic 🌱	Back & Spine					Waist 🌱	Back & Arm 🌱
Nana	Nao.M	natsuko	natsuko	Reina.K						
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	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 浜松メゾン店		【 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	Reina.K		Nao.M				
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00				
	Hip Punch	Back & Arm 🌱	Basic 🌱		Back & Arm 🌱				
	Nana	TOKO.J	Nao.M		Reina.K				
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30				
	Back & Arm 🌱	Hip & Leg 🌱	Back & Arm 🌱		Waist 🌱				
	Reina.K	TOKO.J	Reina.K		Nao.M				
	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close	close	close		
		Waist 🌱	Pilates Cardio						
		natsuko	Nao.M						
		close	close						
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	Reina.K			Nana					
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30			20:30 ~ 21:30					
Back & Arm 🌱	Pre Basic 🌱	Pilates Cardio							
Reina.K	natsuko	Nao.M							

🌱 : 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時間前を切つ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。