

pilatesK MEGAドン・ホーテUNY 浜松泉町		【 07/01 ~ 07/08 】			スケジュール			2026/06/14 更新	
07/01	07/02	07/03	07/04	07/05	07/06	07/07	07/08		
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		
Beauty Conditioning 🌿		Basic 🌿	Waist 🌿	Back & Arm 🌿		Hip & Leg 🌿	Back & Arm 🌿		
nana.f		Sana.H	nana.f	Airi.H		nana.f	Airi.H		
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		
Back & Arm 🌿		Body Balance	Back & Arm 🌿	Basic 🌿		Back & Arm 🌿	Waist 🌿		
Airi.H		Sana.H	Riho.s	Sana.H		Riho.s	Sana.H		
14:00 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		
お試し見学会		Back & Arm 🌿	Shape up waist	Back & Arm 🌿		jump to burn			
nana.f		Airi.H	nana.f	Airi.H		nana.f			
close		close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close			
			Back & Arm 🌿	Body Balance					
			Riho.s	Sana.H					
			close	close					
18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	17:30 ~ 18:30		close		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
jump to burn		Back & Arm 🌿	Waist 🌿	Pre Basic 🌿				Basic 🌿	Back & Arm 🌿
nana.f		Riho.s	nana.f	nana.f				Sana.H	Riho.s
19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	close				19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
Back & Arm 🌿	Hip & Leg 🌿	Back & Arm 🌿	Body Balance		Hip & Leg 🌿				
Riho.s	TOKO.J	Riho.s	Sana.H		nana.f				
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00				
Waist 🌿	Back & Arm 🌿	Pre Basic 🌿	Back & Arm 🌿		Pre Basic 🌿				
nana.f	Airi.H	nana.f	Airi.H	nana.f					

pilatesK MEGAドン・ホーテUNY 浜松泉町							
【 07/09 ~ 07/16 】 スケジュール							
07/09	07/10	07/11	07/12	07/13	07/14	07/15	07/16
木	金	土	日	月	火	水	木
close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close
	Back & Arm 🏊🏊	Basic 🏊🏊	Hip & Leg 🏊🏊		Basic 🏊🏊	Beauty Conditioning 🏊🏊	
	Riho.s	Sana.H	nana.f		Sana.H	nana.f	
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	
	Shape up waist	Body Balance	Back & Arm 🏊🏊		Waist 🏊🏊	Back & Arm 🏊🏊	
	nana.f	Sana.H	Riho.s		Sana.H	Airi.H	
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30		
	Pre Basic 🏊🏊	Back & Arm 🏊🏊	Waist 🏊🏊		Back & Arm 🏊🏊		
	nana.f	Airi.H	nana.f		Airi.H		
	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30				
		Waist 🏊🏊	Back & Arm 🏊🏊				
		nana.f	Riho.s				
		close					
	17:00 ~ 17:30				17:00 ~ 17:30		
お試し見学会	お試し見学会						
nana.f	Sana.H						
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	17:30 ~ 18:30	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
Shape up waist	Beauty Conditioning 🏊🏊	jump to burn		Back & Arm 🏊🏊	Hip & Leg 🏊🏊	Back & Arm 🏊🏊	
nana.f	nana.f	nana.f		Riho.s	TOKO.J	Airi.H	
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	close		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
Back & Arm 🏊🏊	Hip & Leg 🏊🏊			Hip & Leg 🏊🏊	Back & Arm 🏊🏊	Basic 🏊🏊	
Riho.s	TOKO.J			TOKO.J	Riho.s	Sana.H	
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		
jump to burn	Back & Arm 🏊🏊		Body Balance	Basic 🏊🏊	Waist 🏊🏊		
nana.f	Airi.H		Sana.H	Sana.H	Sana.H		

♪：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。

07/17	07/18	07/19	07/20	07/21	07/22	07/23	07/24
金	土	日	月	火	水	木	金
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30
Hip & Leg 🍃	Body Balance	jump to burn		Back & Arm 🍃	Waist 🍃		Back & Arm 🍃
TOKO.J	Sana.H	nana.f		Riho.s	Sana.H		Airi.H
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00
Back & Arm 🍃	Hip & Leg 🍃	Back & Arm 🍃		Basic 🍃	Back & Arm 🍃		Waist 🍃
Airi.H	TOKO.J	Airi.H		Sana.H	Airi.H		Sana.H
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30
jump to burn	Basic 🍃	Pre Basic 🍃		Hip & Leg 🍃			Basic 🍃
nana.f	Sana.H	nana.f		TOKO.J			Sana.H
close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		15:00 ~ 15:30			close
	Back & Arm 🍃	Hip & Leg 🍃		お試し見学会			
	Riho.s	TOKO.J		Sana.H			
	close	close		close			
18:00 ~ 19:00	17:30 ~ 18:30	close		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00
Pre Basic 🍃	Hip & Leg 🍃		Hip & Leg 🍃	Pre Basic 🍃	Body Balance	Beauty Conditioning 🍃	
nana.f	TOKO.J		TOKO.J	nana.f	Sana.H	nana.f	
19:30 ~ 20:30	close		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
Back & Arm 🍃			Back & Arm 🍃	Hip & Leg 🍃	Waist 🍃	Hip & Leg 🍃	
Airi.H			Airi.H	TOKO.J	nana.f	TOKO.J	
21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
Shape up waist			Beauty Conditioning 🍃	Back & Arm 🍃	jump to burn	Back & Arm 🍃	
nana.f			nana.f	Riho.s	nana.f	Riho.s	

07/25	07/26	07/27	07/28	07/29	07/30	07/31		
土	日	月	火	水	木	金		
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30		
Hip & Leg 🌿	Back & Arm 🌿		Shape up waist	Back & Arm 🌿		Waist 🌿		
TOKO.J	Riho.s		nana.f	Riho.s		Sana.H		
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00		
Beauty Conditioning 🌿	Basic 🌿		Back & Arm 🌿	Hip & Leg 🌿		Basic 🌿		
nana.f	Sana.H		Airi.H	TOKO.J		Sana.H		
13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30		
Back & Arm 🌿	Body Balance		Pre Basic 🌿			Hip & Leg 🌿		
Airi.H	Sana.H		nana.f			TOKO.J		
15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		15:00 ~ 15:30			close		
Hip & Leg 🌿	Back & Arm 🌿		お試し見学会					
TOKO.J	Riho.s		Sana.H					
close	close		close				close	
17:30 ~ 18:30			close					18:00 ~ 19:00
Back & Arm 🌿		Waist 🌿		Back & Arm 🌿	Hip & Leg 🌿			Back & Arm 🌿
Riho.s		Sana.H		Airi.H	TOKO.J			Airi.H
close		close	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30
			Basic 🌿	Body Balance	Back & Arm 🌿	jump to burn		
			Sana.H	Sana.H	Airi.H	nana.f		
			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		
	Back & Arm 🌿		Basic 🌿	Hip & Leg 🌿	Body Balance			
Riho.s	Sana.H	TOKO.J	Sana.H					

🍃 : 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。