

pilatesK 浜松メイン店		【 07/01 ~ 07/08 】 スケジュール						2026/07/17 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					
Back & Arm 🏊		Hip & Leg 🏊	Back & Arm 🏊	Pre Basic 🏊		Waist 🏊	Pilates Barre					
Reina.k		TOKO.J	Reina.k	Nana		Nana	Nana					
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30					
Hip & Leg 🏊		Basic 🏊	Waist 🏊	Pilates Workout		Back & Arm 🏊	Hip Punch					
TOKO.J		Nao.M	Sana.H	Nao.M		TOKO.J	Nana					
close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close					
		Shape up waist	Basic 🏊	Release&Strength		Hip & Leg 🏊						
		Nao.M	Sana.H	Nana		TOKO.J						
		close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close						
			Back & Arm 🏊	Waist 🏊								
			Reina.k	Nao.M								
			close	close								
				close								
				close								
		close										
		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		
		Back & Arm 🏊	Pilates Barre	Back & Arm 🏊		Basic 🏊			Shape up waist	Back & Arm 🏊		
Reina.k	Nao.M	Reina.k	Sana.H	Nana	Reina.k							
19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	close	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00							
jump to burn	Back & Arm 🏊	Hip & Leg 🏊		Back & Arm 🏊	Pre Basic 🏊							
Nao.M	Reina.k	TOKO.J		Reina.k	Nana							
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30		20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30							
Basic 🏊	Pilates Workout	Back & Arm 🏊		Beauty Conditioning 🏊	Hip & Leg 🏊							
Nao.M	Nao.M	Reina.k		Nana	TOKO.J							

pilatesK 浜松メイン店		【 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 🏋️	jump to burn	Hip & Leg 🏋️		Back & Arm 🏋️	Shape up waist	
	Reina.k	Nao.M	TOKO.J		Reina.k	Nao.M	
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	
	Waist 🏋️	Hip & Leg 🏋️	Pilates Barre		Beauty Conditioning 🏋️	Back & Arm 🏋️	
	Nao.M	TOKO.J	Nao.M		Nana	Reina.k	
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close	
	Back & Arm 🏋️	Waist 🏋️	Hip & Leg 🏋️		Hip Punch		
	Reina.k	Nao.M	TOKO.J		Nana		
	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close		
		Basic 🏋️	Shape up waist				
		Nao.M	Nao.M				
	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30		close	17:30 ~ 18:30	
Basic 🏋️	jump to burn	Hip & Leg 🏋️	Basic 🏋️	Hip Punch		Back & Arm 🏋️	
Sana.H	Nao.M	TOKO.J	Nao.M	Nana		Riho.s	
19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	close	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00		19:00 ~ 20:00	
Waist 🏋️	Basic 🏋️		Pilates Workout	Back & Arm 🏋️		Release&Strength	
Sana.H	Sana.H		Nao.M	Reina.k		Nana	
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30		20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30		20:30 ~ 21:30	
Back & Arm 🏋️	Waist 🏋️	Back & Arm 🏋️	Pre Basic 🏋️	Basic 🏋️			
Reina.k	Sana.H	Reina.k	Nana	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 浜松メイツ店			【 07/17 ~ 07/24 】		スケジュール		2026/07/17 更新								
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	
Back & Arm 🏊		Basic 🏊		Hip Punch				Pilates Workout		Beauty Conditioning 🏊				Back & Arm 🏊	
Reina.k		Nao.M		Nana				Nao.M		Nana				Reina.k	
12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30				12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30				12:00 ~ 13:00	
Basic 🏊		Waist 🏊		Back & Arm 🏊				Basic 🏊		jump to burn				Shape up waist	
Nao.M		Nao.M		Reina.k				Nao.M		Nana				Nana	
13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30		14:30 ~ 15:30				13:30 ~ 14:30		close				13:30 ~ 14:30	
Waist 🏊		Back & Arm 🏊		Basic 🏊				Back & Arm 🏊						Basic 🏊	
Nao.M		Reina.k		Nana				Reina.k						Nana	
close		15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30				close						close	
		Pilates Workout		Back & Arm 🏊											
		Nao.M		Reina.k											
		close		close		close									
17:30 ~ 18:30								17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30			
Hip & Leg 🏊								Back & Arm 🏊		Basic 🏊		Beauty Conditioning 🏊			
TOKO.J								Reina.k		Sana.H		Reina.k		Nao.M	
19:00 ~ 20:00		close		close		19:00 ~ 20:00		19:00 ~ 20:00		19:00 ~ 20:00		19:00 ~ 20:00			
Pilates Barre						Back & Arm 🏊		Basic 🏊		Shape up waist		Hip & Leg 🏊			
Nao.M						Reina.k		Nao.M		Nao.M		Nao.M			
20:30 ~ 21:30						20:30 ~ 21:30		20:30 ~ 21:30		20:30 ~ 21:30		20:30 ~ 21:30			
Back & Arm 🏊						Waist 🏊		Back & Arm 🏊		Hip & Leg 🏊		Pilates Barre			
Reina.k						Sana.H		Reina.k		TOKO.J		Nao.M			

pilatesK 浜松メイツ店		【 07/25 ~ 07/31 】 スケジュール									
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					
Waist 🏊	Back & Arm 🏊		Pre Basic 🏊	Basic 🏊		Hip & Leg 🏊					
Sana.H	Reina.k		Nana	Nao.M		Nao.M					
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00					
Back & Arm 🏊	Basic 🏊		Waist 🏊	Back & Arm 🏊		Basic 🏊					
Reina.k	Nao.M		Nao.M	Reina.k		Nao.M					
13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30					
Basic 🏊	Back & Arm 🏊		Pilates Barre			Back & Arm 🏊					
Sana.H	Reina.k		Nao.M			Riho.s					
15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close			close	close				
Back & Arm 🏊	jump to burn										
Reina.k	Nao.M										
close	close							close	close	close	
17:30 ~ 18:30											17:30 ~ 18:30
Release&Strength		Back & Arm 🏊		Pilates Workout	Waist 🏊						Back & Arm 🏊
Nana		Reina.k		Nao.M	Nana						Riho.s
close		19:00 ~ 20:00		19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00						19:00 ~ 20:00
		Basic 🏊	Beauty Conditioning 🏊	Back & Arm 🏊	Hip Punch						
		Nana	Nana	Reina.k	Nana						
		20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30						
	Release&Strength	Pre Basic 🏊	Basic 🏊	jump to burn							
	Nana	Nana	Nana	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。