

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
Shape up waist		Body Balance	Hip & Leg	Waist		Beauty Conditioning	Basic
Megu.A		Megu.A	Uki.S	Yuki.I		Yuki.I	konomi
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30
Pre Basic		Back & Spine	Back & Arm	Basic		Basic	Pilates Workout
Uki.S		Uki.S	Yuki.I	konomi		konomi	Uki.S
close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30
		Waist	Basic	jump to burn		Back & Arm	Back & Arm
		Megu.A	konomi	Yuki.I		Yuki.I	Yuki.I
		15:00 ~ 16:00	Pilates Workout	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	
Waist	Back & Arm	Basic	Beauty Conditioning	Basic	Pilates Barre	jump to burn	
Yuki.I	Yuki.I	konomi	Yuki.I	konomi	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	
Body Balance	Basic	Hip & Leg			Waist	Basic	
Megu.A	konomi	Uki.S			Yuki.I	konomi	
20:45 ~ 21:45	20:45 ~ 21:45	20:45 ~ 21:45	close	close	20:45 ~ 21:45	20:45 ~ 21:45	
jump to burn	Beauty Conditioning	Pilates Barre			Hip & Leg	Waist	
Yuki.I	Yuki.I	Uki.S			Uki.S	Yuki.I	

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

🟢：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

【 07/17 ~ 07/24 】 スケジュール

2026/06/13 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 Body Balance Megu.A	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Uki.S	10:30 ~ 11:30 Waist Megu.A	close	10:30 ~ 11:30 Basic konomi	10:30 ~ 11:30 jump to burn Megu.A	close	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Megu.A		
12:00 ~ 13:00 Pre Basic Uki.S	12:00 ~ 13:00 Waist Yuki.I	12:30 ~ 13:30 Body Balance Megu.A		12:00 ~ 13:00 Waist Yuki.I	12:30 ~ 13:30 Back & Spine Uki.S		12:00 ~ 13:00 Basic konomi	12:30 ~ 13:30 Body Balance Megu.A	
13:30 ~ 14:30 Shape up waist Megu.A	13:30 ~ 14:30 Pilates Workout Uki.S	14:30 ~ 15:30 Basic konomi		13:30 ~ 16:30 Basic konomi	17:45 ~ 18:45 Pilates Workout Uki.S		17:45 ~ 18:45 Back & Arm Yuki.I	17:45 ~ 18:45 Basic konomi	17:45 ~ 18:45 Waist Yuki.I
17:45 ~ 18:45 Hip & Leg Uki.S	17:30 ~ 18:30 Back & Arm Yuki.I	16:30 ~ 17:30 Shape up waist Megu.A		19:15 ~ 20:15 Pilates Barre Uki.S	19:15 ~ 20:15 Beauty Conditioning Yuki.I		19:15 ~ 20:15 Basic konomi	19:15 ~ 20:15 Hip & Leg Megu.A	19:15 ~ 20:15 Basic konomi
20:45 ~ 21:45 Basic konomi	close	close		20:45 ~ 21:45 Hip & Leg Uki.S	20:45 ~ 21:45 Beauty Conditioning Yuki.I		20:45 ~ 21:45 Shape up waist Megu.A	20:45 ~ 21:45 Back & Arm Yuki.I	20:45 ~ 21:45 Back & Arm Yuki.I

pilatesK 静岡店

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

👉 : 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。