

pilatesK		MEGAトンキョー7UNY 浜松東町		【 08/17 ~ 08/24 】		スケジュール		2026/07/21 更新				
08/17	08/18	08/19	08/20	08/21	08/22	08/23	08/24					
月	火	水	木	金	土	日	月					
close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close					
	Hip&Leg	Basic		Basic	Waist	Shape up waist						
	TOKO.J	Riho.s		Nana	Sana.H	Nana						
	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30						
	Waist	Back&Arm		Back&Arm	Body Balance	Back&Arm						
	Sana.H	TOKO.J		Riho.s	Sana.H	Riho.s						
	13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30						
	Basic			jump to burn	Basic	Waist						
	Sana.H			Nana	Airi.H	Sana.H						
	15:00 ~ 15:30			close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30						
	お試し見学会				Hip&Leg	jump to burn						
	Sana.H				TOKO.J	Nana						
	close				close	close		close				
				18:00 ~ 19:00					18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	17:30 ~ 18:30	
				Basic					Waist	Back&Arm	Hip&Leg	Shape up waist
				Riho.s					Sana.H	Riho.s	TOKO.J	Nao.M
		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30					19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	close	
		Body Balance		Back&Arm					jump to burn	Basic		
	Sana.H	Airi.H		Nao.M	Sana.H							
	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	Airi.H	TOKO.J	Sana.H									

pilatesK		MEGAドンキホーテUNY 浜松県町		【 08/25 ~ 08/31 】		スケジュール									
08/25		08/26		08/27		08/28		08/29		08/30		08/31			
火		水		木		金		土		日		月			
10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		close		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		close			
Basic		Body Balance				Hip&Leg		Back&Arm		Basic					
Sana.H		Sana.H				TOKO.J		TOKO.J		Reina.K					
12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30				12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30					
Hip&Leg		Basic				Basic		Hip&Leg		Waist					
TOKO.J		Riho.s				Riho.s		TOKO.J		Sana.H					
13:30 ~ 14:30		close				13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30		14:30 ~ 15:30					
Body Balance						Back&Arm		Basic		Hip&Leg					
Sana.H						TOKO.J		Airi.H		TOKO.J					
15:00 ~ 15:30						close		close		15:00 ~ 16:00				16:30 ~ 17:30	
お試し見学会				Back&Arm						Body Balance					
Sana.H		Riho.s		Sana.H											
close		close		close		close		close							
18:00 ~ 19:00						18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00		17:30 ~ 18:30			
Hip&Leg						Basic				Body Balance		jump to burn		Basic	
TOKO.J						Airi.H				Sana.H		Nao.M		Riho.s	
19:30 ~ 20:30						19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		close	
Back&Arm						Hip&Leg				Back&Arm		Basic			
Riho.s						TOKO.J				Riho.s		Riho.s			
21:00 ~ 22:00						21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00			
Basic						Back&Arm				Basic		Shape up waist			
Riho.s						TOKO.J				Sana.H		Nao.M			

※体験可能レッスン
 ・クラスの曜時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。