

pilatesK MEGAドン・ホーテUNY 浜松泉町		【 09/01 ~ 09/08 】		スケジュール		2026/09/25 更新	
09/01	09/02	09/03	09/04	09/05	09/06	09/07	09/08
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
Basic 🇯🇵	Hip & Leg 🇯🇵		Beauty Conditioning 🇯🇵	Basic 🇯🇵	Back & Arm 🇯🇵		Body Balance
Riho.s	TOKO.J		未確定	Riho.s	Riho.s		Sana.H
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00
Body Balance	Basic 🇯🇵		Pre Basic 🇯🇵	Back & Arm 🇯🇵	Hip & Leg 🇯🇵		Basic 🇯🇵
Sana.H	Riho.s		Nana	Airi.H	TOKO.J		Riho.s
13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30
Back & Arm 🇯🇵			Hip & Leg 🇯🇵	Waist 🇯🇵	Basic 🇯🇵		Shape up waist
Riho.s			TOKO.J	Sana.H	Riho.s		Nana
close			close	close	15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30
		Basic 🇯🇵			Beauty Conditioning 🇯🇵		
		Riho.s			未確定		
		close			close		
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	17:30 ~ 18:30	18:00 ~ 19:00		
Waist 🇯🇵	Basic 🇯🇵	Back & Arm 🇯🇵	Basic 🇯🇵	jump to burn	Pre Basic 🇯🇵		
Sana.H	Sana.H	Airi.H	Riho.s	未確定	Nana		
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	close	19:30 ~ 20:30		
Basic 🇯🇵	Back & Arm 🇯🇵	Waist 🇯🇵	Back & Arm 🇯🇵		Hip & Leg 🇯🇵		
Airi.H	TOKO.J	Sana.H	Riho.s		TOKO.J		
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		
jump to burn	Body Balance	Basic 🇯🇵	Shape up waist		Back & Arm 🇯🇵		
未確定	Sana.H	Airi.H	Nana		TOKO.J		

pilatesK MEGAドン・ホーテUNY 浜松泉町		【 09/09 ~ 09/16 】		スケジュール							
09/09	09/10	09/11	09/12	09/13	09/14	09/15	09/16				
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				
Basic 🍌		jump to burn	Body Balance	Waist 🍌		Shape up waist	Back & Arm 🍌				
Riho.s		Sana.H	Nao.M	Sana.H		Nana	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				
Hip & Leg 🍌		Back & Arm 🍌	Basic 🍌	Back & Arm 🍌		Beauty Conditioning 🍌	jump to burn				
TOKO.J		Airi.H	Riho.s	Airi.H		Nana	Sana.H				
close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close				
		Basic 🍌	Back & Arm 🍌	Body Balance		Back & Arm 🍌					
		Airi.H	Airi.H	Sana.H		Riho.s					
		close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close					
			Waist 🍌	Basic 🍌							
			KAEDE.s	Airi.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				
Back & Arm 🍌	Shape up waist	Body Balance	Basic 🍌			Back & Arm 🍌	Basic 🍌				
Riho.s	Nana	Sana.H	Airi.H			Riho.s	Airi.H				
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	close			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				
jump to burn	Back & Arm 🍌	Hip & Leg 🍌				jump to burn	Shape up waist				
Sana.H	Airi.H	Nao.M				Sana.H	Nana				
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				
Waist 🍌	Pre Basic 🍌	Basic 🍌				Basic 🍌	Hip & Leg 🍌				
Sana.H	Nana	Sana.H				Sana.H	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。

09/17	09/18	09/19	09/20	09/21	09/22	09/23	09/24				
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				
	Basic 🌱	Shape up waist	Hip & Leg 🌱		Body Balance	Basic 🌱					
	Riho.s	Nana	Nana		Sana.H	Airi.H					
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00					
	Hip & Leg 🌱	Back & Arm 🌱	Basic 🌱		Basic 🌱	Waist 🌱					
	Leika.K	Airi.H	Airi.H		Riho.s	Sana.H					
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30					
	Back & Arm 🌱	Basic 🌱	Back & Arm 🌱		Waist 🌱	Back & Arm 🌱					
	Riho.s	Riho.s	Riho.s		KAEDE.s	Airi.H					
	close	close	15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30	15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00			
Back & Arm 🌱			jump to burn	Hip & Leg 🌱	Basic 🌱						
Airi.H			Sana.H	Riho.s	Riho.s						
close			close	close	close						
	close	close				close	close				
								close	close	close	close
close			close	close	close						
	close	close				close	close				
								close	close	close	close
close			close	close	close						
	close	close				close	close				
								close	close	close	close
close			close	close	close						
	close	close				close	close				
								close	close	close	close
close			close	close	close						
	close	close				close	close				
								close	close	close	close
close			close	close	close						
	close	close				close	close				
								close	close	close	close
close			close	close	close						
	close	close				close	close				
								close	close	close	close
close			close	close	close						
	close	close				close	close				
								close	close	close	close
close			close	close	close						
	close	close				close	close				
								close	close	close	close
close			close	close	close						
	close	close				close	close				
								close	close	close	close
close			close	close	close						
	close	close				close	close				
								close	close	close	close
close			close	close	close						
	close	close				close	close				
								close	close	close	close
close			close	close	close						
	close	close				close	close				
								close	close	close	close
close			close	close	close						
	close	close				close	close				
								close	close	close	close
close			close	close	close						
	close	close				close	close				
								close	close	close	close
close			close	close	close						
	close	close				close	close				
								close	close	close	close
close			close	close	close						
	close	close				close	close				
								close	close	close	close
close			close	close	close						
	close	close				close	close				
								close	close	close	close
close			close	close	close						
	close	close				close	close				
								close	close	close	close
close			close	close	close						
	close	close				close	close				
								close	close	close	close
close			close	close	close						
	close	close				close	close				
								close	close	close	close
close			close	close	close						
	close	close				close	close				
								close	close	close	close
close			close	close	close						
	close	close				close	close				
								close	close	close	close
close			close	close	close						
	close	close				close	close				
								close	close	close	close

09/25	09/26	09/27	09/28	09/29	09/30
金	土	日	月	火	水
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Hip&Leg 🌱	Pre Basic 🌱	Basic 🌱		Body Balance	Hip&Leg 🌱
Hiroyo.M	Nana	Airi.H		Sana.H	Riho.s
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30
Basic 🌱	Body Balance	Shape up waist		jump to burn	Basic 🌱
Airi.H	Sana.H	Nana		Sana.H	Airi.H
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close
Body Balance	Back&Arm 🌱	Hip&Leg 🌱		Basic 🌱	
Sana.H	Riho.s	Riho.s		Airi.H	
close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close	
	Basic 🌱	Back&Arm 🌱			
	Riho.s	Airi.H			
	close	close			
18:00 ~ 19:00	17:30 ~ 18:30	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
Waist 🌱	jump to burn		Back&Arm 🌱	Pre Basic 🌱	
Sana.H	Sana.H		Airi.H	Nana	
19:30 ~ 20:30	close		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
Basic 🌱			Basic 🌱	Shape up waist	
Airi.H			Riho.s	Nana	
21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		
jump to burn	Back&Arm 🌱	Body Balance			
Sana.H	Riho.s	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。