

pilatesK MEGAドンキホーテUNY 浜松泉町		【 09/01 ~ 09/08 】		スケジュール		2026/09/12 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	close		
		Basic			Beauty Conditioning					
		Riho.s			未確定					
		close			close	close	close			
18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00				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	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	close	close	close	Back&Arm			
未確定	Sana.H	Airi.H	Nana				TOKO.J			

pilatesK MEGAドン・キホーテ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		TOKO.J	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		Hip&Leg				
		Airi.H	Airi.H	Sana.H		TOKO.J				
		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	Riho.s	TOKO.J						

・体験可能レッスン
 ・クラスの曜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時間前まで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 MEGAドン・キホーテUNY 浜松泉町		【 09/17 ~ 09/24 】		スケジュール		2026/09/12 更新			
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	TOKO.J		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			
	TOKO.J	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		Beauty Conditioning	Back&Arm			
	Riho.s	Riho.s	Riho.s		TOKO.J	Airi.H			
	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		TOKO.J	Riho.s			
	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	17:30 ~ 18:30		close	17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30	18:00 ~ 19:00
	Beauty Conditioning	Hip&Leg	Pre Basic			Basic		jump to burn	Basic
TOKO.J	TOKO.J	Nana	Riho.s	Sana.H		Airi.H			
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	close	close	close		close	19:30 ~ 20:30		
Hip&Leg	Body Balance						Back&Arm		
TOKO.J	Sana.H						Airi.H		
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00						21:00 ~ 22:00		
Basic	Waist	Body Balance							
Riho.s	Sana.H	Sana.H							

pilatesK MEGAドン・キホーテUNY 浜松泉町			【 09/25 ~ 09/30 】	スケジュール		
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	
Beauty Conditioning	Pre Basic	Basic		Beauty Conditioning	Hip&Leg	
TOKO.J	Nana	Airi.H		TOKO.J	TOKO.J	
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	
Hip&Leg	Back&Arm	Hip&Leg		Basic		
TOKO.J	TOKO.J	TOKO.J		Airi.H		
close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close		
	Basic	Back&Arm				
	Riho.s	Riho.s				
close	close	close	close	close		
					18:00 ~ 19:00	17:30 ~ 18:30
					Waist	jump to burn
	Sana.H				Sana.H	
	19:30 ~ 20:30				close	
Basic	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				
Airi.H	Basic	Shape up waist				
21:00 ~ 22:00	close	close	close	close		
jump to burn					21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
Sana.H					Back&Arm	Body Balance
				Riho.s	Sana.H	

・体験可能レッスン
 ・クラスの曜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サイトまでご確認ください。
 ・ご予約されたレッスンをキャンセルされる場合は、1週間前迄にお願ひしております。
 ・レッスン開始時間1時間前迄のキャンセルが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。