

pilatesK MEGAドン・ホーテUNY 浜松泉町				【 11/01 ~ 11/08 】 スケジュール				2026/10/25 更新													
11/01		11/02		11/03		11/04		11/05		11/06		11/07		11/08							
日		月		火		水		木		金		土		日							
10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		close		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30							
jump to burn		Basic 🍌		Beauty Conditioning 🍌		Shape up waist				Body Balance		Waist 🍌		Basic 🍌							
Sana.H		Riho.s		nana.f		nana.f				Sana.H		Sana.H		Airi.H							
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30				12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30							
Beauty Conditioning 🍌		Waist 🍌		Basic 🍌		Back & Arm 🍌				Basic 🍌		Hip & Leg 🍌		Shape up waist							
nana.f		Airi.H		Airi.H		Airi.H				Airi.H		Riho.s		nana.f							
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30		14:00 ~ 14:30				13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30		14:30 ~ 15:30							
Waist 🍌		Back & Arm 🍌		Waist 🍌		お試し見学会				Waist 🍌		jump to burn		Hip & Leg 🍌							
Sana.H		Riho.s		nana.f		nana.f				Sana.H		Sana.H		nana.f							
16:30 ~ 17:30		15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00		close				close		15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30							
Hip & Leg 🍌		Body Balance		Back & Arm 🍌								Basic 🍌		Waist 🍌							
nana.f		Sana.H		Airi.H								Riho.s		Airi.H							
close		close		close								close		close		close					
																		17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30	
																		Basic 🍌		Back & Arm 🍌	
		Airi.H		nana.f								Sana.H									
		close		close								close		18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	
														Back & Arm 🍌				Body Balance		Hip & Leg 🍌	
								Riho.s						Sana.H				Riho.s			
						19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30											
						Basic 🍌		Hip & Leg 🍌		Shape up waist											
						Airi.H		Riho.s		nana.f											
21:00 ~ 22:00						21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00													
Hip & Leg 🍌		Pilates Workout		Pre Basic 🍌																	
Riho.s		nana.f		nana.f																	

pilatesK MEGAドン・ホーテUNY 浜松泉町								
【 11/09 ~ 11/16 】 スケジュール								
11/09	11/10	11/11	11/12	11/13	11/14	11/15	11/16	
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	
	Pilates Cardio	Basic 🌿		Pilates Workout	Pre Basic 🌿	Shape up waist		
	Mami.I	Airi.H		Sana.H	Mami.I	nana.f		
	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		
	Hip & Leg 🌿	Pilates Cardio		Hip & Leg 🌿	Body Balance	Basic 🌿		
	Riho.s	Mami.I		Riho.s	Sana.H	Airi.H		
	13:30 ~ 14:30	14:00 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		
	Release&Strength	お試し見学会		Basic 🌿	Hip & Leg 🌿	Release&Strength		
	Mami.I	Mami.I		Sana.H	Mami.I	Mami.I		
	close	close		close	close	15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30
						Shape up waist		Hip & Leg 🌿
						Mami.I		Mami.I
						16:30 ~ 17:00		close
						お試し見学会		
						Sana.H		
	17:30 ~ 18:30							
	jump to burn	Sana.H						
	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close		close
	Body Balance	Hip & Leg 🌿		Pre Basic 🌿	Back & Arm 🌿			
	Sana.H	Riho.s		nana.f	Mami.I			
	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
	Shape up waist	Waist 🌿		Back & Arm 🌿	Pilates Cardio			
	nana.f	Sana.H		nana.f	Mami.I			
	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
	jump to burn	Pre Basic 🌿		Body Balance	Beauty Conditioning 🌿			
	Sana.H	nana.f		Sana.H	nana.f			

 :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。

11/17	11/18	11/19	11/20	11/21	11/22	11/23	11/24
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
Beauty Conditioning 🌿	Hip & Leg 🌿		Basic 🌿	Pilates Workout	Basic 🌿		Waist 🌿
nana.f	nana.f		Airi.H	Sana.H	Riho.s		Airi.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
jump to burn	Basic 🌿		Shape up waist	Basic 🌿	Hip & Leg 🌿		Back & Arm 🌿
Sana.H	Airi.H		nana.f	Riho.s	Riho.s		Riho.s
13:30 ~ 14:30	14:00 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30
Hip & Leg 🌿	お試し見学会		Back & Arm 🌿	Release&Strength	Waist 🌿		Basic 🌿
Riho.s	nana.f		Airi.H	Mami.I	Airi.H		Riho.s
close	close		close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close
				Back & Arm 🌿	Pilates Cardio		
				Riho.s	Mami.I		
				16:30 ~ 17:00	close		
				お試し見学会			
				Sana.H			
				17:30 ~ 18:30			
				Shape up waist			
				nana.f			
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	18:00 ~ 19:00		
Back & Arm 🌿	Body Balance	Back & Arm 🌿	Basic 🌿		Pilates Workout		
Airi.H	Sana.H	Airi.H	Riho.s		Sana.H		
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		
Body Balance	Back & Arm 🌿	jump to burn	Hip & Leg 🌿		Pre Basic 🌿		
Sana.H	Riho.s	Sana.H	Riho.s		nana.f		
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		
Basic 🌿	Waist 🌿	Pre Basic 🌿	Pilates Cardio		Beauty Conditioning 🌿		
Airi.H	Sana.H	nana.f	Mami.I		nana.f		

11/25	11/26	11/27	11/28	11/29	11/30
水	木	金	土	日	月
10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	close
Release&Strength		Shape up waist	Pre Basic 🌿		
Mami.I		nana.f	Mami.I		
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		
Hip & Leg 🌿		Release&Strength	Waist 🌿		
nana.f		Mami.I	Airi.H		
14:00 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		
お試し見学会		Beauty Conditioning 🌿	Basic 🌿		
Mami.I		nana.f	Airi.H		
close		close	close		
	jump to burn				
	Sana.H				
	close				
			17:30 ~ 18:30		
			Body Balance		
			Sana.H		
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close		
Basic 🌿	Back & Arm 🌿	Hip & Leg 🌿			
Riho.s	Riho.s	Riho.s			
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
Waist 🌿	Basic 🌿	Waist 🌿			
Airi.H	Mami.I	Airi.H			
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
Body Balance	jump to burn	Basic 🌿			
Sana.H	Sana.H	Airi.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に1回に制限されます。