



pilates

pilates K 松戸店 Lesson Schedule

更新日2024/9/15

2024/10/1~2024/10/15

Let's have fun with all pilates lovers♡

| | 10月1日(火) | 10月2日(水) | 10月3日(木) | 10月4日(金) | 10月5日(土) | 10月6日(日) | 10月7日(月) | 10月8日(火) |
|-------|--|---------------------------------------|------------------------------------|--|--|---------------------------------------|----------|--|
| 10:30 | 10:30~11:30 Basic ♪ aika.K | 10:30~11:30 Jump to Burn Maaya | | 10:30~11:30 Waist ♪ aika.K | 10:30~11:30 Hip&Leg ♪ aika.K | 10:30~11:30 Back&Arm ♪ Yuina | close | 10:30~11:30 Back&Arm ♪ Yuina |
| 12:00 | | | | 12:30~13:30 Basic ♪ aika.K | 12:00~13:00 Style up pilates asuka | 12:00~13:00 Jump to Burn asuka | | 12:30~13:30 Style up pilates asuka |
| 13:30 | 12:30~13:30 Shape up Waist Maaya | 12:30~13:30 Hip&Leg ♪ aika.K | | | 13:30~14:30 Shape up Waist Maaya | 13:30~14:30 Basic ♪ Yuina | | |
| 15:00 | | | | | 15:00~16:00 Basic ♪ aika.K | 15:00~16:00 Pilates Barre asuka | | |
| 17:00 | | | | | 17:30~18:30 Back&Arm ♪ Yuina | | | |
| 18:00 | 18:00~19:00 Waist ♪ Yuina | 18:00~19:00 Pilates Barre asuka | 18:00~19:00 Waist ♪ Yuina | 18:00~19:00 Style up pilates asuka | | | | 18:00~19:00 Hip&Leg ♪ Maaya |
| 19:30 | 19:30~20:30 Pilates Workout asuka | 19:30~20:30 Basic ♪ Yuina | 19:30~20:30 Hip&Leg ♪ aika.K | 19:30~20:30 Stretch&Conditioning ♪ Yuina | | | | 19:30~20:30 Basic ♪ Yuina |
| 21:00 | 21:00~22:00 Stretch&Conditioning ♪ Yuina | 21:00~22:00 Waist ♪ asuka | 21:00~22:00 Basic ♪ aika.K | 21:00~22:00 Back&Arm ♪ Yuina | | | | 21:00~22:00 Shape up Waist Maaya |

| | 10月9日(水) | 10月10日(木) | 10月11日(金) | 10月12日(土) | 10月13日(日) | 10月14日(月) | 10月15日(火) |
|-------|--|--|--|--|--|-----------|--|
| 10:30 | 10:30~11:30 Style up pilates asuka | | 10:30~11:30 Basic ♪ Yuina | 10:30~11:30 Stretch&Conditioning ♪ Yuina | 10:30~11:30 Style up pilates asuka | close | 10:30~11:30 Shape up Waist Maaya |
| 12:00 | 12:30~13:30 Basic ♪ Yuina | | 12:30~13:30 Pilates Barre Maaya | 12:00~13:00 Pilates Workout asuka | 12:00~13:00 Hip&Leg ♪ Maaya | | 12:30~13:30 Back&Arm ♪ Yuina |
| 13:30 | | | | 13:30~14:30 Basic ♪ Yuina | 13:30~14:30 Waist ♪ asuka | | |
| 15:00 | | | | 15:00~16:00 Shape up Waist Maaya | 15:00~16:00 Jump to Burn Maaya | | |
| 17:00 | | | | 17:30~18:30 Hip&Leg ♪ aika.K | | | |
| 18:00 | 18:00~19:00 Jump to Burn Maaya | 18:00~19:00 Back&Arm ♪ Yuina | 18:00~19:00 Release&Strength asuka | | | | 18:00~19:00 Pilates Barre asuka |
| 19:30 | 19:30~20:30 Waist ♪ aika.K | 19:30~20:30 Hip&Leg ♪ aika.K | 19:30~20:30 Back&Arm ♪ asuka | | | | 19:30~20:30 Waist ♪ aika.K |
| 21:00 | 21:00~22:00 Hip&Leg ♪ aika.K | 21:00~22:00 Stretch&Conditioning ♪ Yuina | 21:00~22:00 Waist ♪ aika.K | | | | 21:00~22:00 Hip&Leg ♪ aika.K |

♪：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。



pilates

pilates K 松戸店 Lesson Schedule

2024/10/16~2024/10/31

| | 10月16日(水) | 10月17日(木) | 10月18日(金) | 10月19日(土) | 10月20日(日) | 10月21日(月) | 10月22日(火) | 10月23日(水) |
|-------|--|---|--|---------------------------------------|--|-----------|--------------------------------------|--|
| 10:30 | 10:30~11:30 Pilates Barre Maaya | | 10:30~11:30 Shape up Waist Maaya | 10:30~11:30 Hip&Leg aika.K | 10:30~11:30 Basic asuka | close | 10:30~11:30 Jump to Burn asuka | 10:30~11:30 Basic aika.K |
| 12:00 | 12:30~13:30 Back&Arm Yuina | | 12:30~13:30 Basic Yuina | 12:00~13:00 Basic aika.K | 12:00~13:00 Back&Arm Yuina | | 12:30~13:30 Waist aika.K | 12:30~13:30 Pilates Workout Maaya |
| 13:30 | | | | 13:30~14:30 Pilates Barre Maaya | 13:30~14:30 Stretch&Conditioning Yuina | | | |
| 15:00 | | | | 15:00~16:00 Back&Arm Maaya | 15:00~16:00 Hip&Leg asuka | | | |
| 17:00 | | | | 17:30~18:30 Waist Maaya | | | | |
| 18:00 | 18:00~19:00 Hip&Leg aika.K | 18:00~19:00 Basic Yuina | 18:00~19:00 Waist aika.K | | | | 18:00~19:00 Back&Arm asuka | 18:00~19:00 Stretch&Conditioning Yuina |
| 19:30 | 12:00~13:00 Style up pilates asuka | 19:30~20:30 Pilates Workout asuka | 19:30~20:30 Hip&Leg aika.K | | | | 19:30~20:30 Hip&Leg Yuina | 19:30~20:30 Pilates Barre asuka |
| 21:00 | 21:00~22:00 Basic asuka | 21:00~22:00 Waist Yuina | 21:00~22:00 Pilates Barre asuka | | | | 21:00~22:00 Basic Yuina | 21:00~22:00 Waist asuka |

| | 10月24日(木) | 10月25日(金) | 10月26日(土) | 10月27日(日) | 10月28日(月) | 10月29日(火) | 10月30日(水) | 10月31日(木) |
|-------|--|--|---|--|-----------|--|--|--|
| 10:30 | | 10:30~11:30 Style up pilates asuka | 10:30~11:30 Back&Arm asuka | 10:30~11:30 Shape up Waist Maaya | close | 10:30~11:30 Release&Strength asuka | 10:30~11:30 Waist aika.K | |
| 12:00 | | 12:30~13:30 Pilates Barre asuka | 12:00~13:00 Waist Yuina | 12:00~13:00 Hip&Leg Maaya | | 12:30~13:30 Pilates Barre asuka | 12:30~13:30 Style up pilates asuka | |
| 13:30 | | | 13:30~14:30 Pilates Workout asuka | 13:30~14:30 Basic aika.K | | | | |
| 15:00 | | | 15:00~16:00 Hip&Leg Yuina | 15:00~16:00 Waist aika.K | | | | |
| 17:00 | | | 17:30~18:30 Basic aika.K | | | | | |
| 18:00 | 18:00~19:00 Jump to Burn Maaya | 18:00~19:00 Hip&Leg Yuina | | | | 18:00~19:00 Basic Yuina | 18:00~19:00 Hip&Leg Yuina | 18:00~19:00 Shape up Waist Maaya |
| 19:30 | 19:30~20:30 Basic Yuina | 19:30~20:30 Waist aika.K | | | | 19:30~20:30 Back&Arm Yuina | 19:30~20:30 Stretch&Conditioning Yuina | 19:30~20:30 Basic Yuina |
| 21:00 | 21:00~22:00 Shape up Waist Maaya | 21:00~22:00 Basic aika.K | | | | 21:00~22:00 Waist aika.K | 21:00~22:00 Basic Mayu.K | 21:00~22:00 Style up pilates asuka |

👉: 体験可能レッスン

今月一緒にピラティスを楽しみましょう！

STUDIO INFO

☎専用ダイヤル：0570-050-055

受付時間：9:00~18:00

※上記受付時間外はお電話でのご予約は承っておりません。インターネットからのご予約をご利用下さい(24時間受付)