

| 09/01 | 09/02 | 09/03 | 09/04 | 09/05 | 09/06 | 09/07 | 09/08 |
|-------|---|---|---|---|---|---|-------|
| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | 月 |
| close | 10:30 ~ 11:30 Body Balance Mari.y | 10:30 ~ 11:30 Leg Lines Mari.y | | 10:30 ~ 11:30 Back & Spine Hitomi.N | 10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio Mari.y | 10:30 ~ 11:30 Back & Arm Kaede.w | close |
| | 12:00 ~ 13:00 Back & Spine Hitomi.N | 12:00 ~ 13:00 Basic Kurumi.u | | 12:00 ~ 13:00 Body Balance Mari.y | 12:00 ~ 13:00 Back & Arm Kaede.w | 12:30 ~ 13:30 Hip & Leg Hitomi.N | |
| | 13:30 ~ 14:30 Waist Mari.y | 13:30 ~ 14:30 Release&Strength Mari.y | | 13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Hitomi.N | 13:30 ~ 14:30 Leg Lines Mari.y | 14:30 ~ 15:30 Power up Control Hitomi.N | |
| | | | | | 15:00 ~ 16:00 Basic Kurumi.u | | |
| | | | | | 16:30 ~ 17:30 Release&Strength Mari.y | 16:30 ~ 17:30 Back & Spine Hitomi.N | |
| | 18:00 ~ 19:00 Back & Arm Kaede.w | 18:00 ~ 19:00 Back & Spine Hitomi.N | 18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Hitomi.N | 18:00 ~ 19:00 Basic Kurumi.u | 18:00 ~ 19:00 Waist Kurumi.u | | |
| | 19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Hitomi.N | 19:30 ~ 20:30 Basic Kurumi.u | 19:30 ~ 20:30 Back & Arm Kaede.w | 19:30 ~ 20:30 Leg Lines Mari.y | | | |
| | 21:00 ~ 22:00 Power up Control Hitomi.N | 21:00 ~ 22:00 Back & Arm Hitomi.N | 21:00 ~ 22:00 Back & Spine Hitomi.N | 21:00 ~ 22:00 Waist Kurumi.u | | | |

| 09/09 | 09/10 | 09/11 | 09/12 | 09/13 | 09/14 | 09/15 | 09/16 |
|---|---|---|---|---|---|-------|---|
| 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | 月 | 火 |
| 10:30 ~ 11:30 Waist Kurumi.u | 10:30 ~ 11:30 Basic Kurumi.u | | 10:30 ~ 11:30 Leg Lines Mari.y | 10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Mari.y | 10:30 ~ 11:30 Body Balance Mari.y | close | 10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Mari.y |
| 12:00 ~ 13:00 Shape up waist Mifuyu | 12:00 ~ 13:00 Back & Arm Kaede.w | | 12:00 ~ 13:00 Back & Arm Kaede.w | 12:00 ~ 13:00 Pilates Barre Moeka.Y | 12:30 ~ 13:30 Waist Kurumi.u | | 12:00 ~ 13:00 Basic Kurumi.u |
| 13:30 ~ 14:30 Basic Kurumi.u | 13:30 ~ 14:30 Waist Kurumi.u | | 13:30 ~ 14:30 Pilates Cardio Mari.y | 13:30 ~ 14:30 Back & Arm Kaede.w | 14:30 ~ 15:30 Leg Lines Mari.y | | 13:30 ~ 14:30 Release&Strength Mari.y |
| | | | | 15:00 ~ 16:00 Release&Strength Mari.y | | | |
| | | | | 16:30 ~ 17:30 Back & Arm Kaede.w | 16:30 ~ 17:30 Basic Kurumi.u | | |
| 18:00 ~ 19:00 Advance Mifuyu | 18:00 ~ 19:00 Stretch & Conditioning Mifuyu | 18:00 ~ 19:00 Pilates Cardio Mari.y | 18:00 ~ 19:00 Back & Arm Kaede.w | 18:00 ~ 19:00 jump to burn Moeka.Y | | | 18:00 ~ 19:00 Basic Kurumi.u |
| 19:30 ~ 20:30 Power up Control Hitomi.N | 19:30 ~ 20:30 Reset Flow Mifuyu | 19:30 ~ 20:30 Back & Arm Kaede.w | 19:30 ~ 20:30 Waist Kurumi.u | | | | 19:30 ~ 20:30 Back & Arm Kaede.w |
| 21:00 ~ 22:00 Back & Spine Hitomi.N | 21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Mari.y | 21:00 ~ 22:00 Body Balance Mari.y | 21:00 ~ 22:00 Basic Kurumi.u | | | | 21:00 ~ 22:00 Waist Kurumi.u |

👉：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。

pilates K 千葉店 【 09/17 ~ 09/24 】 スケジュール

2025/08/13 更新

| 09/17 | 09/18 | 09/19 | 09/20 | 09/21 | 09/22 | 09/23 | 09/24 |
|---|--|---|---|---|-------|---|---|
| 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | 月 | 火 | 水 |
| 10:30 ~ 11:30 Waist Kurumi.u | | 10:30 ~ 11:30 Power up Control Hitomi.N | 10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning Kurumi.u | 10:30 ~ 11:30 Shape up waist Mifuyu | close | 10:30 ~ 11:30 Advance Mifuyu | 10:30 ~ 11:30 Pilates Workout Mifuyu |
| 12:00 ~ 13:00 Pilates Cardio Mari.y | | 12:00 ~ 13:00 Back & Arm Kaede.w | 12:00 ~ 13:00 Pilates Workout Mifuyu | 12:30 ~ 13:00 Hip & Leg Mari.y | | 12:00 ~ 13:00 Back & Arm Kaede.w | 12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning Kurumi.u |
| 13:30 ~ 14:30 Basic Kurumi.u | | 13:30 ~ 14:30 Back & Spine Hitomi.N | 13:30 ~ 14:30 Release&Strength Mari.y | 14:30 ~ 15:30 Basic Kurumi.u | | 13:30 ~ 14:30 Waist Kurumi.u | 13:30 ~ 14:30 Reset Flow Mifuyu |
| | | | 15:00 ~ 16:00 Reset Flow Mifuyu | | | 15:00 ~ 16:00 Shape up waist Mifuyu | |
| | | | 16:30 ~ 17:30 Waist Kurumi.u | 16:30 ~ 17:30 jump to burn Mifuyu | | 16:30 ~ 17:30 Release&Strength Mari.y | |
| | | | | | | | |
| 18:00 ~ 19:00 Back & Arm Kaede.w | 18:00 ~ 19:00 Waist Kurumi.u | 18:00 ~ 19:00 Release&Strength Mari.y | 18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Mari.y | | | 18:00 ~ 19:00 Body Balance Mari.y | 18:00 ~ 19:00 Back & Spine Hitomi.N |
| 19:30 ~ 20:30 Body Balance Mari.y | 19:30 ~ 20:30 Basic Kurumi.u | 19:30 ~ 20:30 Back & Arm Kaede.w | | | | | 19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Mari.y |
| 21:00 ~ 22:00 Leg Lines Mari.y | 21:00 ~ 22:00 Back & Arm Kaede.w | 21:00 ~ 22:00 Pilates Cardio Mari.y | | | | | 21:00 ~ 22:00 Power up Control Hitomi.N |

pilates K 千葉店 【 09/25 ~ 09/30 】 スケジュール

2025/08/13 更新

| 09/25 | 09/26 | 09/27 | 09/28 | 09/29 | 09/30 |
|---|---|---|--|-------|---|
| 木 | 金 | 土 | 日 | 月 | 火 |
| | 10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Hitomi.N | 10:30 ~ 11:30 Leg Lines Mari.y | 10:30 ~ 11:30 Waist Kaede.w | close | 10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning Kurumi.u |
| | 12:00 ~ 13:00 Basic Kurumi.u | 12:00 ~ 13:00 jump to burn Moeka.Y | 12:30 ~ 13:30 Advance Mifuyu | | 12:00 ~ 13:00 Waist Kaede.w |
| | 13:30 ~ 14:30 Power up Control Hitomi.N | 13:30 ~ 14:30 Waist Kurumi.u | 14:30 ~ 15:30 Back & Arm Kaede.w | | 13:30 ~ 14:30 Basic Kurumi.u |
| | | 15:00 ~ 16:00 Hip & Leg Mari.y | | | |
| | | 16:30 ~ 17:30 Basic Kurumi.u | 16:30 ~ 17:30 Reset Flow Mifuyu | | |
| | | | | | |
| 18:00 ~ 19:00 Pilates Cardio Mari.y | 18:00 ~ 19:00 Body Balance Mari.y | 18:00 ~ 19:00 Pilates Barre Moeka.Y | | | 18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Hitomi.N |
| 19:30 ~ 20:30 Waist Kaede.w | 19:30 ~ 20:30 Leg Lines Mari.y | | | | 19:30 ~ 20:30 Release&Strength Mari.y |
| 21:00 ~ 22:00 Basic Mari.y | 21:00 ~ 22:00 Back & Spine Hitomi.N | | | | 21:00 ~ 22:00 Back & Spine Hitomi.N |

👉: 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。