



pilates

pilates K 津田沼ビート店 Lesson Schedule

更新日 2024/10/15

2024/11/1~2024/11/15

Let's have fun with all pilates lovers♡

	11月1日(金)	11月2日(土)	11月3日(日)	11月4日(月)	11月5日(火)	11月6日(水)	11月7日(木)	11月8日(金)
10:30	10:30~11:30 Advance una	10:30~11:30 Pilates Barre runa	10:30~11:30 Shape up Waist una	close	10:30~11:30 Basic ♪ minori.t	10:30~11:30 Waist ♪ Haruka.M	10:30~11:30 Jump to Burn Haruka.M	10:30~11:30 Hip&Leg ♪ minori.t
12:00	12:00~13:00 Basic ♪ Miho.N	12:00~13:00 Stretch&Conditioning ♪ minori.t	12:00~13:00 Hip&Leg ♪ runa		12:00~13:00 Pilates Workout una	12:30~13:30 Hip&Leg ♪ minori.t	12:00~13:00 Basic ♪ 未確定	12:00~13:00 Release&Strength runa
13:30	13:30~14:30 Shape up Waist una	13:30~14:30 Style up pilates runa	13:30~14:30 Basic ♪ Miho.N		13:30~14:30 Hip&Leg ♪ minori.t		13:30~14:30 Back&Arm ♪ Haruka.M	13:30~14:30 Basic ♪ minori.t
15:00		15:00~16:00 Basic ♪ Miho.N	15:00~16:00 Body Balance una					
17:00		17:30~18:30 Hip&Leg ♪ minori.t	17:30~18:30 Pilates Cardio runa					
18:00	18:00~19:00 Hip&Leg ♪ minori.t				18:00~19:00 Hip&Leg ♪ runa	18:00~19:00 Style up pilates runa	18:00~19:00 Pilates Cardio runa	18:00~19:00 Back&Arm ♪ Haruka.M
19:30	19:30~20:30 Jump to Burn Haruka.M				19:30~20:30 Release&Strength runa	19:30~20:30 Basic ♪ Miho.N	19:30~20:30 Waist ♪ Haruka.M	19:30~20:30 Style up pilates runa
21:00	21:00~22:00 Stretch&Conditioning ♪ minori.t				21:00~22:00 Basic ♪ Miho.N	21:00~22:00 Pilates Barre runa	21:00~22:00 Back&Arm ♪ runa	21:00~22:00 Jump to Burn Haruka.M

	11月9日(土)	11月10日(日)	11月11日(月)	11月12日(火)	11月13日(水)	11月14日(木)	11月15日(金)
10:30	10:30~11:30 Basic ♪ Miho.N	10:30~11:30 Back&Arm ♪ Haruka.M	close	10:30~11:30 Release&Strength runa	10:30~11:30 Basic ♪ Miho.N	10:30~11:30 Style up pilates runa	10:30~11:30 Pilates Barre runa
12:00	12:00~13:00 Pilates Cardio runa	12:00~13:00 Basic ♪ Miho.N		12:00~13:00 Basic ♪ Miho.N	12:30~13:30 Pilates Cardio runa	12:00~13:00 Stretch&Conditioning ♪ minori.t	12:00~13:00 Basic ♪ Miho.N
13:30	13:30~14:30 Hip&Leg ♪ minori.t	13:30~14:30 Jump to Burn Haruka.M		13:30~14:30 Pilates Barre runa		13:30~14:30 Waist ♪ runa	13:30~14:30 Back&Arm ♪ runa
15:00	15:00~16:00 Waist ♪ runa	15:00~16:00 Basic ♪ Miho.N					
17:00	17:30~18:30 Stretch&Conditioning ♪ minori.t						
18:00				18:00~19:00 Jump to Burn Haruka.M	18:00~19:00 Waist ♪ Haruka.M	18:00~19:00 Body Balance una	18:00~19:00 Stretch&Conditioning ♪ minori.t
19:30				19:30~20:30 Hip&Leg ♪ minori.t	19:30~20:30 Jump to Burn Haruka.M	19:30~20:30 Hip&Leg ♪ minori.t	19:30~20:30 Basic ♪ Miho.N
21:00				21:00~22:00 Waist ♪ Haruka.M	21:00~22:00 Style up pilates runa	21:00~22:00 Shape up Waist una	21:00~22:00 Hip&Leg ♪ minori.t

♪：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 津田沼ビート店 Lesson Schedule

2024/11/16~2024/11/30

	11月16日(土)	11月17日(日)	11月18日(月)	11月19日(火)	11月20日(水)	11月21日(木)	11月22日(金)	11月23日(土)
10:30	10:30~11:30 Release&Strength runa	10:30~11:30 Basic ♪ Miho.N	close	10:30~11:30 Hip&Leg ♪ minori.t	10:30~11:30 Shape up Waist una	10:30~11:30 Waist ♪ una	10:30~11:30 Pilates Workout una	10:30~11:30 Pilates Barre runa
12:00	12:00~13:00 Hip&Leg ♪ minori.t	12:00~13:00 Waist ♪ mayuki.T		12:00~13:00 Basic ♪ Miho.N	12:30~13:30 Hip&Leg ♪ minori.t	12:00~13:00 6 Miho.N	12:00~13:00 Waist ♪ nao.S	12:00~13:00 Hip&Leg ♪ minori.t
13:30	13:30~14:30 Basic ♪ Miho.N	13:30~14:30 Basic ♪ Miho.N		13:30~14:30 Stretch&Conditioning ♪ minori.t	13:30~14:30 Body Balance una	13:30~14:30 Body Balance una	13:30~14:30 Shape up Waist una	13:30~14:30 Basic ♪ Miho.N
15:00	15:00~16:00 Pilates Cardio runa	15:00~16:00 Style up pilates mayuki.T		15:00~16:00 Advance runa		17:30~18:30 Release&Strength minori.t		
17:00	17:30~18:30 Hip&Leg ♪ minori.t			18:00~19:00 Body Balance una	18:00~19:00 Basic ♪ nao.S	18:00~19:00 Stretch&Conditioning ♪ minori.t	18:00~19:00 Style up pilates runa	
18:00				19:30~20:30 Shape up Waist una	19:30~20:30 Release&Strength minori.t	19:30~20:30 Pilates Cardio runa	19:30~20:30 Basic ♪ nao.S	
19:30				21:00~22:00 Basic ♪ Miho.N	21:00~22:00 Waist ♪ nao.S	21:00~22:00 Hip&Leg ♪ minori.t	21:00~22:00 Back&Arm ♪ runa	
21:00								

	11月24日(日)	11月25日(月)	11月26日(火)	11月27日(水)	11月28日(木)	11月29日(金)	11月30日(土)
10:30	10:30~11:30 Shape up Waist una	close	close	close	10:30~11:30 Basic ♪ Nene.Y	10:30~11:30 Back&Arm ♪ una	10:30~11:30 Body Balance una
12:00	12:00~13:00 Basic ♪ minori.t				12:00~13:00 Hip&Leg ♪ minori.t	12:00~13:00 Basic ♪ Miho.N	12:00~13:00 Hip&Leg ♪ minori.t
13:30	13:30~14:30 Pilates Barre una				13:30~14:30 Basic ♪ Nene.Y	13:30~14:30 Pilates Workout una	13:30~14:30 Advance runa
15:00	15:00~16:00 Hip&Leg ♪ minori.t				15:00~16:00 Stretch&Conditioning ♪ minori.t	17:30~18:30 Style up pilates runa	
17:00					18:00~19:00 Hip&Leg ♪ minori.t	18:00~19:00 Back&Arm ♪ Rinako.M	
18:00					19:30~20:30 Basic ♪ Miho.N	19:30~20:30 Hip&Leg ♪ Rinako.M	
19:30					21:00~22:00 Release&Strength minori.t	21:00~22:00 Basic ♪ Miho.N	
21:00							

♪: 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)