

2025/10/31 更新

pilates K 松戸店		【	11/09	～	11/16	】	スケジュール		2025/10/31	更新												
11/09	11/10	11/11	11/12	11/13	11/14	11/15	11/16															
日	月	火	水	木	金	土	日															
10:30 ～ 11:30	close	10:30 ～ 11:30	10:30 ～ 11:30	close	10:30 ～ 11:30	10:30 ～ 11:30	10:30 ～ 11:30															
Hip & Leg 🏊		Release&Strength	Pilates Workout		Pilates Barre	Basic 🏊	Back & Spine															
mai.h		ayu.S	maki.k		ayu.S	maki.k	Rico.S															
12:30 13:30		12:00 13:00	12:30 13:30		12:00 13:00	12:00 13:00	12:30 13:30															
Pilates Barre		Back & Spine	Back & Arm 🏊		Basic 🏊	Advance	Basic 🏊															
ayu.S		Rico.S	ayu.S		mai.h	asuka	ayu.S															
14:30 ～ 15:30		13:30 ～ 14:30	close		13:30 ～ 14:30	13:30 ～ 14:30	13:30 ～ 14:30	14:30 ～ 15:30														
Basic 🏊		Pilates Barre			Waist 🏊	Release&Strength	Pilates Cardio															
mai.h		ayu.S			ayu.S	ayu.S	Rico.S															
16:30 17:30		close			close	close	close	close	16:30 17:30													
Back & Arm 🏊	Pilates Workout			Release&Strength																		
ayu.S	maki.k			ayu.S																		
close	close			close					close	close	close	close										
												17:30 18:30										
												Shape up waist										
												asuka										
			18:00 ～ 19:00									18:00 ～ 19:00	18:00 ～ 19:00	18:00 ～ 19:00	close	close						
			Hip & Leg 🏊									Basic 🏊	Pilates Workout	Shape up waist								
			maki.k									ayu.S	maki.k	asuka								
		19:30 ～ 20:30	19:30 ～ 20:30		19:30 ～ 20:30	19:30 ～ 20:30																
		Pilates Cardio	Back & Spine		Basic 🏊	jump to burn																
		Rico.S	Rico.S		mai.h	maki.k																
21:00 ～ 22:00	21:00 ～ 22:00	21:00 ～ 22:00	21:00 ～ 22:00																			
Basic 🏊	Pilates Barre	Back & Arm 🏊	Advance																			
maki.k	Rico.S	mai.h	asuka																			

- ※ 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時間前を切った後の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、翌月の予約可能回数4回に制限されます。

pilates K 松戸店

【 11/17 ~ 11/24 】 スケジュール

2025/10/31 更新

11/17	11/18	11/19	11/20	11/21	11/22	11/23	11/24	
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	
	Leg Lines	Pre Basic 🌱		jump to burn	Hip Punch	Basic 🌱		
	Rico.S	asuka		mai.h	Rico.S			
	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		
	Hip & Leg 🌱	Back & Arm 🌱		Waist 🌱	Back & Arm 🌱	Hip Punch		
	mai.h	mai.h		maki.k	mai.h	Rico.S		
	13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		
	Body Balance			Basic 🌱	Pilates Workout	Back & Arm 🌱		
	Rico.S			mai.h	maki.k	mai.h		
				close	close	15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30
						Back & Spine		Leg Lines
		Rico.S				Rico.S		
		close						
		17:30 ~ 18:30						
	Hip & Leg 🌱							
	mai.k	close						
	18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		
	Basic 🌱			Body Balance	Waist 🌱	Hip Punch		
	mai.h			Rico.S	maki.k	Rico.S		
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				
Pre Basic 🌱	Hip & Leg 🌱		Pilates Cardio	Pilates Workout				
asuka	maki.k		Rico.S	maki.k				
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00					
Shape up waist	Leg Lines	jump to burn	Body Balance					
asuka	Rico.S	maki.k	Rico.S					

pilates K 松戸店

【 11/25 ~ 】 スケジュール

2025/10/31 更新

11/25 火	11/26 水	11/27 木	11/28 金	11/29 土	11/30 日		
10:30 ~ 11:30 Waist 🌱 maki.k	10:30 ~ 11:30 Basic 🌱 maki.k	close	10:30 ~ 11:30 Basic 🌱 maki.k	10:30 ~ 11:30 Shape up waist asuka	10:30 ~ 11:30 Waist 🌱 maki.k		
12:00 ~ 13:00 Basic 🌱 mai.h	12:30 ~ 13:30 Pilates Cardio Rico.S		12:00 ~ 13:00 Shape up waist asuka	12:00 ~ 13:00 jump to burn mai.h	12:30 ~ 13:30 Advance asuka		
13:30 ~ 14:30 Hip & Leg 🌱 maki.k	close		13:30 ~ 14:30 Hip & Leg 🌱 maki.k	13:30 ~ 14:30 Waist 🌱 maki.k	14:30 ~ 15:30 Basic 🌱 mai.h		
close			close	close	15:00 ~ 16:00 Basic 🌱 mai.h	16:30 ~ 17:30 Shape up waist asuka	
					close	close	close
			17:30 ~ 18:30 Pre Basic 🌱 asuka	close			
			close		close	close	
	18:00 ~ 19:00 Leg Lines Rico.S	18:00 ~ 19:00 Basic 🌱 mai.h	18:00 ~ 19:00 Back & Spine Rico.S	18:00 ~ 19:00 Pre Basic 🌱 asuka	close		
19:30 ~ 20:30 Back & Arm 🌱 mai.h	19:30 ~ 20:30 Hip Punch Rico.S	19:30 ~ 20:30 Body Balance Rico.S	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg 🌱 mai.h				
21:00 ~ 22:00 Back & Spine Rico.S	21:00 ~ 22:00 Back & Arm 🌱 mai.h	21:00 ~ 22:00 Basic 🌱 maki.k	21:00 ~ 22:00 jump to burn mai.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が1回に制限されます。