

pilates K 松戸店		【 08/01 ~ 08/08 】		スケジュール		2025/07/15 更新	
08/01	08/02	08/03	08/04	08/05	08/06	08/07	08/08
金	土	日	月	火	水	木	金
10:30 ~ 11:30 Basic 🌿 ayu.S	10:30 ~ 11:30 Back & Arm 🌿 ayu.S	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg 🌿 mai.h	close	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre Rico.S	10:30 ~ 11:30 Basic 🌿 mai.h		10:30 ~ 11:30 Shape up waist asuka
12:00 ~ 13:00 Hip & Leg 🌿 maki.k	12:00 ~ 13:00 Basic 🌿 mai.h	12:30 ~ 13:30 Waist 🌿 ayu.S		12:00 ~ 13:00 Back & Arm 🌿 ayu.S	12:30 ~ 13:30 Body Balance Rico.S		12:00 ~ 13:00 Pilates Barre Rico.S
13:30 ~ 14:30 Back & Arm 🌿 ayu.S	13:30 ~ 14:30 Pilates Cardio Rico.S	14:30 ~ 15:30 Basic 🌿 mai.h		13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning 🌿 Rico.S			13:30 ~ 14:30 jump to burn asuka
	15:00 ~ 16:00 Waist 🌿 ayu.S	16:30 ~ 17:30 Back & Arm 🌿 ayu.S					
	17:30 ~ 18:30 Pilates Barre Rico.S						
18:00 ~ 19:00 Basic 🌿 mai.h				18:00 ~ 19:00 Hip & Leg 🌿 mai.h	18:00 ~ 19:00 Basic 🌿 ayu.S	18:00 ~ 19:00 Body Balance Rico.S	18:00 ~ 19:00 Back & Arm 🌿 ayu.S
19:30 ~ 20:30 Waist 🌿 maki.k				19:30 ~ 20:30 Basic 🌿 mai.h	19:30 ~ 20:30 Back & Arm 🌿 ayu.S	19:30 ~ 20:30 Pilates Cardio Rico.S	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg 🌿 mai.h
21:00 ~ 22:00 Hip & Leg 🌿 mai.h				21:00 ~ 22:00 Waist 🌿 ayu.S	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg 🌿 mai.h	21:00 ~ 22:00 Waist 🌿 maki.k	21:00 ~ 22:00 Basic 🌿 maki.k

pilates K 松戸店		【 08/09 ~ 08/16 】		スケジュール		2025/07/15 更新	
08/09	08/10	08/11	08/12	08/13	08/14	08/15	08/16
土	日	月	火	水	木	金	土
10:30 ~ 11:30 Body Balance Rico.S	10:30 ~ 11:30 Back & Arm 🌿 ayu.S	close	10:30 ~ 11:30 Waist 🌿 maki.k	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg 🌿 mai.h		10:30 ~ 11:30 Pilates Barre Rico.S	10:30 ~ 11:30 Waist 🌿 maki.k
12:00 ~ 13:00 Back & Arm 🌿 ayu.S	12:30 ~ 13:30 Pilates Cardio Rico.S		12:00 ~ 13:00 Pilates Barre Rico.S	12:30 ~ 13:30 Pilates Cardio Rico.S		12:00 ~ 13:00 Basic 🌿 ayu.S	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg 🌿 mai.h
13:30 ~ 14:30 Hip & Leg 🌿 mai.h	14:30 ~ 15:30 Waist 🌿 ayu.S		13:30 ~ 14:30 Hip & Leg 🌿 maki.k			13:30 ~ 14:30 Body Balance Rico.S	13:30 ~ 14:30 Basic 🌿 maki.k
15:00 ~ 16:00 Basic 🌿 ayu.S	16:30 ~ 17:30 Pilates Barre Rico.S						15:00 ~ 16:00 Advance asuka
17:30 ~ 18:30 Pilates Cardio Rico.S							17:30 ~ 18:30 Shape up waist asuka
			18:00 ~ 19:00 Basic 🌿 mai.h	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg 🌿 maki.k	18:00 ~ 19:00 Waist 🌿 maki.k	18:00 ~ 19:00 Back & Arm 🌿 ayu.S	
			19:30 ~ 20:30 Body Balance Rico.S	19:30 ~ 20:30 Waist 🌿 maki.k	19:30 ~ 20:30 Basic 🌿 maki.k	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg 🌿 maki.k	
			21:00 ~ 22:00 Hip & Leg 🌿 mai.h	21:00 ~ 22:00 Basic 🌿 mai.h	21:00 ~ 22:00 Back & Arm 🌿 ayu.S	21:00 ~ 22:00 Waist 🌿 ayu.S	

🌿：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時間前を切つて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回以上で、翌月の予約可能回数が1回に制限されます。

pilates K 松戸店

【 08/17 ~ 08/24 】 スケジュール

2025/07/15 更新

08/17	08/18	08/19	08/20	08/21	08/22	08/23	08/24
日	月	火	水	木	金	土	日
10:30 ~ 11:30 Shape up waist asuka	close	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg 🍃 mai.h	10:30 ~ 11:30 jump to burn maki.k		10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 maki.k	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg 🍃 mai.h	10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio Rico.S
12:30 ~ 13:30 Back & Arm 🍃 ayu.S		12:00 ~ 13:00 Basic 🍃 maki.k	12:30 ~ 13:30 Pilates Workout asuka		12:00 ~ 13:00 jump to burn maki.k	12:00 ~ 13:00 Shape up waist asuka	12:30 ~ 13:30 Back & Arm 🍃 ayu.S
14:30 ~ 15:30 Pilates Workout asuka		13:30 ~ 14:30 Shape up waist asuka			13:30 ~ 14:30 Back & Arm 🍃 ayu.S	13:30 ~ 14:30 Waist 🍃 maki.k	14:30 ~ 15:30 Body Balance Rico.S
16:30 ~ 17:30 Waist 🍃 ayu.S						15:00 ~ 16:00 Pilates Workout asuka	16:30 ~ 17:30 Basic 🍃 ayu.S
						17:30 ~ 18:30 jump to burn maki.k	
		18:00 ~ 19:00 Advance asuka	18:00 ~ 19:00 Basic 🍃 mai.h	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg 🍃 mai.h	18:00 ~ 19:00 Shape up waist asuka		
		19:30 ~ 20:30 Pilates Cardio Rico.S	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg 🍃 mai.h	19:30 ~ 20:30 Waist 🍃 maki.k	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg 🍃 mai.h		
		21:00 ~ 22:00 Back & Arm 🍃 ayu.S	21:00 ~ 22:00 Waist 🍃 ayu.S	21:00 ~ 22:00 Basic 🍃 mai.h	21:00 ~ 22:00 Advance asuka		

pilates K 松戸店

【 08/25 ~ 08/31 】 スケジュール

2025/07/15 更新

08/25	08/26	08/27	08/28	08/29	08/30	08/31
月	火	水	木	金	土	日
close	10:30 ~ 11:30 Release&Strength asuka	10:30 ~ 11:30 Back & Arm 🍃 ayu.S		10:30 ~ 11:30 Waist 🍃 maki.k	10:30 ~ 11:30 jump to burn maki.k	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg 🍃 maki.k
	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg 🍃 maki.k	12:30 ~ 13:30 Body Balance Rico.S		12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning 🍃 Rico.S	12:00 ~ 13:00 Back & Arm 🍃 ayu.S	12:30 ~ 13:30 Pilates Cardio Rico.S
	13:30 ~ 14:30 Shape up waist asuka			13:30 ~ 14:30 jump to burn maki.k	13:30 ~ 14:30 Basic 🍃 mai.h	14:30 ~ 15:30 Back & Arm 🍃 ayu.S
					15:00 ~ 16:00 Waist 🍃 maki.k	16:30 ~ 17:30 Pilates Barre Rico.S
					17:30 ~ 18:30 Hip & Leg 🍃 mai.h	
	18:00 ~ 19:00 Basic 🍃 ayu.S	18:00 ~ 19:00 jump to burn maki.k	18:00 ~ 19:00 Body Balance Rico.S	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg 🍃 mai.h		
	19:30 ~ 20:30 jump to burn maki.k	19:30 ~ 20:30 Waist 🍃 maki.k	19:30 ~ 20:30 Basic 🍃 mai.h	19:30 ~ 20:30 Pilates Cardio Rico.S		
	21:00 ~ 22:00 Back & Arm 🍃 ayu.S	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg 🍃 mai.h	21:00 ~ 22:00 Pilates Barre Rico.S	21:00 ~ 22:00 Basic 🍃 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回以上で、翌月の予約可能回数が1回に制限されます。