



pilates

pilates K 千葉店 Lesson Schedule

更新日 2023/10/15

2023/11/1~2023/11/15

	11月1日(水)	11月2日(木)	11月3日(金)	11月4日(土)	11月5日(日)	11月6日(月)	11月7日(火)	11月8日(水)
10:30	10:30~11:30 Pilates Workout (members only) Mayu		10:30~11:30 Basic Kiki	10:30~11:30 Back&Arm Kyoka	10:30~11:30 Hip&Leg Mayu	close	close	close
12:00	12:00~13:00 Waist Maaya		12:00~13:00 Hip&Leg Kyoka	12:00~13:00 Waist Maaya	12:00~13:00 Basic Kiki			
13:30	13:30~14:30 Back&Arm Kiki		13:30~14:30 Back&Arm Kiki	13:30~14:30 Jump to Burn Mayu	13:30~14:30 Release&Strength Kyoka			
15:00	15:00~16:00 Pilates Cardio Kyoka		15:00~16:00 Basic Kyoka	15:00~16:00 Basic Kyoka	15:00~16:00 Waist Maaya			
17:00	17:30~18:30 Waist Maaya		17:30~18:30 Stretch&Conditioning Mayu					
18:00	18:00~19:00 Back&Arm Kiki		18:00~19:00 Basic Kiki					
19:30	19:30~20:30 Hip&Leg Mayu		19:30~20:30 Waist Maaya					
21:00	21:00~22:00 Basic Kiki		21:00~22:00 Back&Arm Kiki					

	11月9日(木)	11月10日(金)	11月11日(土)	11月12日(日)	11月13日(月)	11月14日(火)	11月15日(水)
10:30	10:30~11:30 Basic Mei	10:30~11:30 Hip&Leg Kyoka	10:30~11:30 Release&Strength Kyoka	10:30~11:30 Back&Arm Kiki	close	10:30~11:30 Waist Maaya	10:30~11:30 Pilates Cardio Kyoka
12:00	12:30~13:30 Hip&Leg Mei	12:30~13:30 Back&Arm Kiki	12:00~13:00 Basic Kiki	12:00~13:00 Hip&Leg Mayu		12:30~13:30 Basic Kiki	12:30~13:30 Release&Strength Kyoka
13:30	13:30~14:30 Waist Maaya	13:30~14:30 Basic Kiki	13:30~14:30 Basic Kiki	13:30~14:30 Pilates Workout (members only) Mayu			
15:00	15:00~16:00 Back&Arm Kiki	15:00~16:00 Pilates Workout (members only) Mayu					
17:00	17:30~18:30 Basic Kiki						
18:00	18:00~19:00 Basic Mayu	18:00~19:00 Jump to Burn Mayu				18:00~19:00 Basic Kyoka	18:00~19:00 Back&Arm Kiki
19:30	19:30~20:30 Stretch&Conditioning Mayu	19:30~20:30 Waist Maaya				19:30~20:30 Hip&Leg Kyoka	19:30~20:30 Basic Kiki
21:00	21:00~22:00 Waist Maaya	21:00~22:00 Basic Mayu				21:00~22:00 Back&Arm Kiki	21:00~22:00 Waist Maaya

- ・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 千葉店 Lesson Schedule

2023/11/16～2023/11/30

	11月16日(木)	11月17日(金)	11月18日(土)	11月19日(日)	11月20日(月)	11月21日(火)	11月22日(水)	11月23日(木)
10:30		10:30～11:30 Basic Kiki	10:30～11:30 Hip&Leg Mayu	10:30～11:30 Pilates Cardio Kyoka	close	10:30～11:30 Back&Arm Kyoka	10:30～11:30 Waist Maaya	10:30～11:30 Basic Kiki
12:00		12:30～13:30 Hip&Leg Kyoka	12:00～13:00 Back&Arm Kiki	12:00～13:00 Waist Maaya		12:30～13:30 Waist Maaya	12:30～13:30 Basic Kiki	12:00～13:00 Back&Arm Mayu
13:30			13:30～14:30 Stretch&Conditioning Mayu	13:30～14:30 Hip&Leg Kyoka				13:30～14:30 Basic Kyoka
15:00			15:00～16:00 Waist Maaya	15:00～16:00 Basic Kyoka				15:00～16:00 Hip&Leg Kiki
17:00			17:30～18:30 Basic Kiki					17:30～18:30 Jump to Burn Mayu
18:00	18:00～19:00 Hip&Leg Kyoka	18:00～19:00 Basic Kyoka				18:00～19:00 Hip&Leg Kyoka	18:00～19:00 Stretch&Conditioning Mayu	
19:30	19:30～20:30 Back&Arm Kiki	19:30～20:30 Release&Strength Kyoka				19:30～20:30 Basic Kiki	19:30～20:30 Back&Arm Kyoka	
21:00	21:00～22:00 Basic Kyoka	21:00～22:00 Waist Maaya				21:00～22:00 Pilates Workout (members only) Kyoka	21:00～22:00 Hip&Leg Mayu	

	11月24日(金)	11月25日(土)	11月26日(日)	11月27日(月)	11月28日(火)	11月29日(水)	11月30日(木)	
10:30	10:30～11:30 Hip&Leg Kiki	10:30～11:30 Back&Arm Kiki	10:30～11:30 Stretch&Conditioning Mayu	close	10:30～11:30 Basic Kiki	10:30～11:30 Back&Arm Kyoka		
12:00	12:30～13:30 Basic Kiki	12:00～13:00 Pilates Workout (members only) Kyoka	12:00～13:00 Hip&Leg Kyoka		12:30～13:30 Jump to Burn Mayu	12:30～13:30 Hip&Leg Kiki		
13:30		13:30～14:30 Waist Maaya	13:30～14:30 Basic Mayu					
15:00		15:00～16:00 Basic Kyoka	15:00～16:00 Back&Arm Kyoka					
17:00		17:30～18:30 Hip&Leg Kyoka						
18:00	18:00～19:00 Pilates Cardio Mayu					18:00～19:00 Hip&Leg Kyoka	18:00～19:00 Basic Kiki	18:00～19:00 Waist Maaya
19:30	19:30～20:30 Waist Maaya					19:30～20:30 Back&Arm Mayu	19:30～20:30 Release&Strength Mayu	19:30～20:30 Basic Mayu
21:00	21:00～22:00 Stretch&Conditioning Mayu					21:00～22:00 Basic Kyoka	21:00～22:00 Back&Arm Mayu	21:00～22:00 Hip&Leg Mayu

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）