



pilates K 津田沼ビート店 Lesson Schedule 2023/11/1～2023/11/15

更新日 2023/11/14

	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 Waist Akari		10:30～11:30 Back&Arm Kia	10:30～11:30 Hip&Leg Yume	10:30～11:30 Basic Akari	close	close	close
12:00								
	12:30～13:30 Basic Natsumy		12:30～13:30 Waist Yume	12:30～13:30 Back&Arm Kia	12:30～13:30 Back&Arm Kia			
13:30								
15:00			14:30～15:30 Basic Akari	14:30～15:30 Waist 未定	14:30～15:30 Stretch&Conditioning Akari			
					16:30～17:30 Waist Akari			
17:00			17:00～18:00 Hip&Leg Yume	17:00～18:00 Basic Yume				
18:00	18:00～19:00 Basic Yume	18:00～19:00 Waist kanna						
19:30								
	20:30～21:30 Back&Arm Kia	20:30～21:30 Basic Akari						
21:00								

	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 Hip&Leg Yume	10:30～11:30 Stretch&Conditioning Yume	10:30～11:30 Back&Arm Kia	close	10:30～11:30 Waist Akari	10:30～11:30 Basic Yume
12:00		12:30～13:30 Waist Mayu	12:30～13:30 Basic Kyoka	12:30～13:30 Waist Yume		12:30～13:30 Hip&Leg Yume	12:30～13:30 Stretch&Conditioning Akari
13:30							
15:00			14:30～15:30 Back&Arm Kia	14:30～15:30 Basic Akari			
				16:30～17:30 Hip&Leg Yume			
17:00			17:00～18:00 Waist Kyoka				
18:00	18:00～19:00 Basic Mii	18:00～19:00 Back&Arm Kia				18:00～19:00 Basic Kanna	18:00～19:00 Hip&Leg 未定
19:30							
	20:30～21:30 Stretch&Conditioning Akari	20:30～21:30 Basic Kyoka				20:30～21:30 Back&Arm Kia	20:30～21:30 Waist Akari
21:00							

- ・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 K 津田沼ビート店 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 Waist Akari	10:30～11:30 Basic Kanna	10:30～11:30 Hip&Leg 未定	close	10:30～11:30 Back&Arm Kia	10:30～11:30 Hip&Leg Kia	10:30～11:30 Waist Akari
12:00		12:30～13:30 Basic Yume	12:00～13:00 Waist Akari	12:00～13:00 Basic Akari		12:30～13:30 Stretch&Conditioning Akari	12:30～13:30 Waist Yume	12:00～13:00 Hip&Leg Yume
13:30				13:30～14:30 Stretch&Conditioning Akari				13:30～14:30 Back&Arm Kia
15:00		15:00～16:00 Basic Kanna		15:00～16:00 Waist Akari		15:00～16:00 Back&Arm Yume		
		17:30～18:30 Back&Arm Kia					17:30～18:30 Basic Yume	
17:00								
18:00	18:00～19:00 Basic Yume	18:00～19:00 Back&Arm Kia	18:00～19:00 Hip&Leg Yume					18:00～19:00 Stretch&Conditioning Akari
19:30	19:30～20:30 Waist Akari	19:30～20:30 Basic Yume	19:30～20:30 Basic Akari					19:30～20:30 Back&Arm Yume
21:00	21:00～22:00 Stretch&Conditioning Yume	21:00～22:00 Hip&Leg 未定				21:00～22:00 Waist Yume	21:00～22:00 Basic Akari	

	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 Basic Yume	10:30～11:30 Hip&Leg Akari	10:30～11:30 Basic Yume	close	10:30～11:30 Waist Yume	10:30～11:30 Back&Arm Kia	
12:00	12:30～13:30 Back&Arm Kia	12:00～13:00 Back&Arm Kia	12:00～13:00 Hip&Leg Kia		12:30～13:30 Basic Yume	12:30～13:30 Hip&Leg Kia	
13:30		13:30～14:30 Stretch&Conditioning Akari	13:30～14:30 Waist Yume				
15:00		15:00～16:00 Basic Kiki	15:00～16:00 Back&Arm Kia				
		17:30～18:30 Waist Akari					
17:00							
18:00							
19:30	19:30～20:30 Hip&Leg Kia		19:30～20:30 Back&Arm Kia		19:30～20:30 Stretch&Conditioning Akari	19:30～20:30 Basic Yume	
21:00	21:00～22:00 Waist Akari		21:00～22:00 Basic Akari		21:00～22:00 Waist Yume	21:00～22:00 Hip&Leg Kia	

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）