



pilates

pilates K 津田沼ビート店 Lesson Schedule

更新日2023/11/15

2023/12/1~2023/12/15

	12月1日(金)	12月2日(土)	12月3日(日)	12月4日(月)	12月5日(火)	12月6日(水)	12月7日(木)	12月8日(金)		
10:30	10:30~11:30 Basic Akari	10:30~11:30 Hip&Leg Akari	10:30~11:30 Waist Yume	close	10:30~11:30 Waist azu	10:30~11:30 Back&Arm Kia		10:30~11:30 Hip&Leg Kia		
12:00	12:30~13:30 Waist Yume	12:00~13:00 Waist Yume	12:00~13:00 Basic kyoka		12:30~13:30 Basic Akari	12:30~13:30 Pilates Workout (members only) Yume		12:30~13:30 Back&Arm Kia		
13:30		13:30~14:30 Basic Akari	13:30~14:30 Stretch&Conditioning Yume							
15:00		15:00~16:00 Back&Arm Kia	15:00~16:00 Hip&Leg kyoka							
17:00		17:30~18:30 Stretch&Conditioning Yume								
18:00		18:00~19:00 Back&Arm Kia	18:00~19:00 Waist Akari							18:00~19:00 Basic Akari
19:30	19:30~20:30 Basic Yume				19:30~20:30 Back&Arm Kia	19:30~20:30 Stretch&Conditioning Yume		19:30~20:30 Basic Yume	19:30~20:30 Hip&Leg Kia	
21:00	21:00~22:00 Hip&Leg Kia				21:00~22:00 Hip&Leg Kia	21:00~22:00 Hip&Leg Kia		21:00~22:00 Basic Akari	21:00~22:00 Pilates Workout (members only) Yume	21:00~22:00 Waist Akari

	12月9日(土)	12月10日(日)	12月11日(月)	12月12日(火)	12月13日(水)	12月14日(木)	12月15日(金)	
10:30	10:30~11:30 Waist Yume	10:30~11:30 Back&Arm Kia	close	10:30~11:30 Basic Yume	10:30~11:30 Hip&Leg Kia		10:30~11:30 Basic Akari	
12:00	12:00~13:00 Hip&Leg Kia	12:00~13:00 Stretch&Conditioning Akari		12:30~13:30 Back&Arm Kia	12:30~13:30 Basic Akari		12:30~13:30 Stretch&Conditioning Yume	
13:30	13:30~14:30 Basic Akari	13:30~14:30 Hip&Leg Kia						
15:00	15:00~16:00 Pilates Workout (members only) Yume	15:00~16:00 Basic Akari						
17:00	17:30~18:30 Back&Arm Kia							
18:00	18:00~19:00 Hip&Leg Kia	18:00~19:00 Stretch&Conditioning Yume						
19:30				19:30~20:30 Basic Akari	19:30~20:30 Waist Akari		19:30~20:30 Hip&Leg Kia	19:30~20:30 Basic Yume
21:00				21:00~22:00 Waist Akari	21:00~22:00 Back&Arm Yume		21:00~22:00 Basic Akari	21:00~22:00 Hip&Leg Kiki

- ・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

pilates K 津田沼ビート店 Lesson Schedule

2023/12/16～2023/12/31

	12月16日(土)	12月17日(日)	12月18日(月)	12月19日(火)	12月20日(水)	12月21日(木)	12月22日(金)	12月23日(土)	
10:30	10:30～11:30 Back&Arm Kia	10:30～11:30 Basic Akari	close	10:30～11:30 Waist Yume	10:30～11:30 Stretch&Conditioning Akari		10:30～11:30 Hip&Leg Yume	10:30～11:30 Basic J.	
12:00	12:00～13:00 Basic Kanna	12:00～13:00 Hip&Leg Kia		12:30～13:30 Hip&Leg Yume	12:30～13:30 Waist Akari		12:30～13:30 Back&Arm Kia	12:00～13:00 Hip&Leg Kia	
13:30	13:30～14:30 Hip&Leg Kia	13:30～14:30 Stretch&Conditioning Akari		15:00～16:00 Stretch&Conditioning Yume	15:00～16:00 Back&Arm Kia		13:30～14:30 Back&Arm Kia	15:00～16:00 Waist J.	
15:00	17:00	17:30～18:30 Waist Akari		18:00～19:00 Back&Arm Kia	18:00～19:00 Hip&Leg Kia		18:00～19:00 Basic Akari	18:00～19:00 Stretch&Conditioning Akari	17:30～18:30 Basic Yume
17:00	18:00	19:30		19:30～20:30 Stretch&Conditioning Akari	19:30～20:30 Basic Yume		19:30～20:30 Back&Arm Kia	19:30～20:30 Hip&Leg Kia	
18:00	19:30	21:00		21:00～22:00 Basic Akari	21:00～22:00 Pilates Workout (members only) Yume		21:00～22:00 Hip&Leg Kia	21:00～22:00 Basic Akari	

	12月24日(日)	12月25日(月)	12月26日(火)	12月27日(水)	12月28日(木)	12月29日(金)	12月30日(土)	12月31日(日)		
10:30	10:30～11:30 Waist Akari	close	10:30～11:30 Back&Arm Kia	10:30～11:30 Hip&Leg Kia		10:30～11:30 Back&Arm Kia	close	close		
12:00	12:00～13:00 Hip&Leg Yume		12:30～13:30 Waist kyoka	12:30～13:30 Back&Arm Kia		12:00～13:00 Basic Akari				
13:30	13:30～14:30 Basic Akari		18:00～19:00 Hip&Leg Yume	18:00～19:00 Basic Yume		18:00～19:00 Waist Akari			13:30～14:30 Hip&Leg Kia	15:00～16:00 Waist Akari
15:00	15:00～16:00 Pilates Workout (members only) Yume		19:30～20:30 Basic kyoka	19:30～20:30 Hip&Leg Akari		19:30～20:30 Stretch&Conditioning Yume			17:30～18:30 Pilates Workout (members only) Yume	
17:00	21:00～22:00 Stretch&Conditioning Yume		21:00～22:00 Waist Yume	21:00～22:00 Basic Akari						

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)