



pilates

pilates K 千葉店 Lesson Schedule

更新日 2023/12/15

2024/1/3~2024/1/15

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

	1月9日(火)	1月10日(水)	1月11日(木)	1月12日(金)	1月13日(土)	1月14日(日)	1月15日(月)				
10:30	10:30~11:30 Basic Kyoka	10:30~11:30 Pilates Cardio Kyoka		10:30~11:30 Pilates Barre Maaya	10:30~11:30 Jump to Burn Mayu	10:30~11:30 Hip&Leg Kyoka	close				
12:00	12:30~13:30 Jump to Burn Kyoka	12:30~13:30 Waist Maaya		12:30~13:30 Hip&Leg Kiki	12:00~13:00 Basic Kikuko	12:00~13:00 Waist Kiki					
13:30						13:30~14:30 Pilates Workout (members only) Kyoka		13:30~14:30 Pilates Cardio Kyoka			
15:00						15:00~16:00 Hip&Leg Mayu		15:00~16:00 Basic Kikuko			
17:00						18:00~19:00 Advance (members only) Mayu		18:00~19:00 Basic Kikuko	18:00~19:00 Hip&Leg Kiki	18:00~19:00 Release&Strength Mayu	17:30~18:30 Back&Arm Kyoka
18:00						19:30~20:30 Waist Kiki		19:30~20:30 Hip&Leg Kiki	19:30~20:30 Pilates Workout (members only) Kyoka	19:30~20:30 Back&Arm Kyoka	
19:30						21:00~22:00 Back&Arm Kiki		21:00~22:00 Stretch&Conditioning Mayu	21:00~22:00 Waist Kiki	21:00~22:00 Basic Kikuko	

- ・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

2024/1/16~2024/1/31

	1月16日(火)	1月17日(水)	1月18日(木)	1月19日(金)	1月20日(土)	1月21日(日)	1月22日(月)	1月23日(火)
10:30	10:30~11:30 Pilates Workout (members only) Kyoka	10:30~11:30 Back&Arm Kiki		10:30~11:30 Stretch&Conditioning Mayu	10:30~11:30 Advance (members only) Mayu	10:30~11:30 Back&Arm Kiki	close	10:30~11:30 Pilates Barre Mayu
12:00	12:30~13:30 Hip&Leg Kiki	12:30~13:30 Basic Kiki		12:30~13:30 Pilates Cardio Kyoka	12:00~13:00 Waist Kyoka	12:00~13:00 Pilates Workout (members only) Kyoka		12:30~13:30 Basic Kikuko
13:30					13:30~14:30 Release&Strength Mayu	13:30~14:30 Basic Kiki		
15:00					15:00~16:00 Basic Kikuko	15:00~16:00 Hip&Leg Kyoka		
17:00					17:30~18:30 Back&Arm Kiki			
18:00	18:00~19:00 Back&Arm Mayu	18:00~19:00 Waist Kyoka		18:00~19:00 Basic Kikuko	18:00~19:00 Hip&Leg Kiki	18:00~19:00 Back&Arm Kiki		18:00~19:00 Basic Kiki
19:30	19:30~20:30 Basic Kiki	19:30~20:30 Pilates Barre Mayu		19:30~20:30 Advance (members only) Mayu	19:30~20:30 Basic Kikuko			19:30~20:30 Stretch&Conditioning Mayu
21:00	21:00~22:00 Release&Strength Mayu	21:00~22:00 Hip&Leg Kyoka		21:00~22:00 Pilates Cardio Kyoka	21:00~22:00 Jump to Burn Kiki			21:00~22:00 Back&Arm Kiki

	1月24日(水)	1月25日(木)	1月26日(金)	1月27日(土)	1月28日(日)	1月29日(月)	1月30日(火)	1月31日(水)	
10:30	10:30~11:30 Basic Kiki		10:30~11:30 Pilates Barre Mayu	10:30~11:30 Pilates Cardio Mayu	10:30~11:30 Jump to Burn Kiki	close	10:30~11:30 Back&Arm Kiki	10:30~11:30 Basic Kikuko	
12:00	12:30~13:30 Hip&Leg Kiki		12:30~13:30 Waist Kiki	12:00~13:00 Back&Arm Kiki	12:00~13:00 Basic Kikuko		12:30~13:30 Waist Kiki	12:30~13:30 Stretch&Conditioning 未定	
13:30				13:30~14:30 Hip&Leg Kyoka	13:30~14:30 Back&Arm Kiki				
15:00				15:00~16:00 Waist Kiki	15:00~16:00 Pilates Barre Mayu				
17:00					17:30~18:30 Basic Kyoka				
18:00	18:00~19:00 Stretch&Conditioning Mayu		18:00~19:00 Hip&Leg Kyoka	18:00~19:00 Pilates Cardio Kyoka			18:00~19:00 Basic Kyoka	18:00~19:00 Release&Strength Kyoka	18:00~19:00 Hip&Leg Kyoka
19:30	19:30~20:30 Waist Mayu		19:30~20:30 Basic Kikuko	19:30~20:30 Hip&Leg Kyoka			19:30~20:30 Basic Kikuko	19:30~20:30 Basic Kikuko	19:30~20:30 Jump to Burn Mayu
21:00	21:00~22:00 Pilates Workout (members only) Kyoka		21:00~22:00 Back&Arm Kyoka	21:00~22:00 Basic Kikuko			21:00~22:00 Pilates Workout (members only) Kyoka	21:00~22:00 Hip&Leg Kyoka	21:00~22:00 Advance (members only) 未定

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)