



pilates

pilates K 千葉店 Lesson Schedule

更新日2024/1/15

2024/2/1~2024/2/29

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

	2月9日(金)	2月10日(土)	2月11日(日)	2月12日(月)	2月13日(火)	2月14日(水)	2月15日(木)	
10:30	10:30~11:30 Hip&Leg Mayu	10:30~11:30 Jump to Burn Mayu	10:30~11:30 Pilates Barre Mayu	close	10:30~11:30 Stretch&Conditioning 未定	10:30~11:30 Basic Kikuko		
12:00	12:30~13:30 Shape up Waist (members only) Mayu	12:00~13:00 Basic Kikuko	12:00~13:00 Release&Strength Mayu		12:30~13:30 Back&Arm Kiki	12:30~13:30 Jump to Burn Kiki		
13:30	15:00	13:30~14:30 Back&Arm Kiki	13:30~14:30 Basic Kikuko		18:00~19:00 Hip&Leg Kyoka	18:00~19:00 Advance (members only) Kyoka		18:00~19:00 Pilates Barre Mayu
15:00		15:00~16:00 Pilates Cardio Mayu	15:00~16:00 Waist Mayu					
17:00	17:30~18:30 Hip&Leg Kiki	19:30~20:30 Jump to Burn Kiki			19:30~20:30 Basic Kikuko	19:30~20:30 Stretch&Conditioning 未定		19:30~20:30 Back&Arm Kiki
18:00	21:00~22:00 Basic Kikuko				21:00~22:00 Pilates Cardio Kyoka	21:00~22:00 Waist Kyoka		21:00~22:00 Basic Mayu

- ・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

2024/2/16~2024/2/29

	2月16日(金)	2月17日(土)	2月18日(日)	2月19日(月)	2月20日(火)	2月21日(水)	2月22日(木)	2月23日(金)
10:30	10:30~11:30 Back&Arm Kiki	10:30~11:30 Waist Kiki	10:30~11:30 Stretch&Conditioning Mayu	close	10:30~11:30 Pilates Workout (members only) Mayu	10:30~11:30 Pilates Barre Mayu		10:30~11:30 Basic Kikuko
12:00	12:30~13:30 Pilates Cardio Kyoka	12:00~13:00 Advance (members only) Kyoka	12:00~13:00 Basic Kikuko		12:30~13:30 Waist Kiki	12:30~13:30 Hip&Leg Kiki		12:00~13:00 Shape up Waist (members only) 未定
13:30		13:30~14:30 Basic Kikuko	13:30~14:30 Hip&Leg Mayu					13:30~14:30 Hip&Leg 未定
15:00		15:00~16:00 Hip&Leg Kiki	15:00~16:00 Shape up Waist (members only) Mayu					15:00~16:00 Pilates Barre Mayu
17:00		17:30~18:30 Pilates Workout (members only) Kyoka						17:30~18:30 Jump to Burn Mayu
18:00		18:00~19:00 Waist Mayu						18:00~19:00 Pilates Cardio Kyoka
19:30	19:30~20:30 Basic Kyoka				19:30~20:30 Back&Arm Kiki	19:30~20:30 Shape up Waist (members only) 未定	19:30~20:30 Basic Kikuko	
21:00	21:00~22:00 Pilates Barre Mayu				21:00~22:00 Hip&Leg 未定	21:00~22:00 Basic Kikuko	21:00~22:00 Release&Strength Mayu	

	2月24日(土)	2月25日(日)	2月26日(月)	2月27日(火)	2月28日(水)	2月29日(木)
10:30	10:30~11:30 Hip&Leg 未定	10:30~11:30 Jump to Burn Kiki	close	10:30~11:30 Basic Kikuko	10:30~11:30 Advance (members only) Kyoka	
12:00	12:00~13:00 Basic Kiki	12:00~13:00 Hip&Leg 未定		12:30~13:30 Stretch&Conditioning Kiki	12:30~13:30 Pilates Cardio Kyoka	
13:30	13:30~14:30 Back&Arm Kiki	13:30~14:30 Waist Kiki				
15:00	15:00~16:00 Release&Strength Kyoka	15:00~16:00 Basic Kikuko				
17:00	17:30~18:30 Pilates Cardio Kyoka				18:00~19:00 Hip&Leg Kyoka	18:00~19:00 Stretch&Conditioning Kiki
18:00					19:30~20:30 Waist Kiki	19:30~20:30 Jump to Burn Kiki
19:30					21:00~22:00 Pilates Workout (members only) Kyoka	21:00~22:00 Shape up Waist (members only) 未定
21:00						

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)