



pilates

pilates K 千葉店 Lesson Schedule

更新日2024/2/15

2024/3/1~2024/3/31

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

	3月9日(土)	3月10日(日)	3月11日(月)	3月12日(火)	3月13日(水)	3月14日(木)	3月15日(金)		
10:30	10:30~11:30 Pilates Cardio Mayu	10:30~11:30 Hip&Leg Kikuko	close	10:30~11:30 Back&Spine (members only) Mayu	10:30~11:30 Release&Strength Kyoka		10:30~11:30 Shape up Waist (members only) Kyoka		
12:00	12:00~13:00 Basic Kiki	12:00~13:00 Back&Arm Kiki		12:30~13:30 Pilates Cardio Kyoka	12:30~13:30 Pilates Workout (members only) Kyoka		12:30~13:30 Basic Kikuko		
13:30	13:30~14:30 Hip&Leg Mayu	13:30~14:30 Basic Kikuko							
15:00	15:00~16:00 Shape up Waist (members only) Kyoka	15:00~16:00 Stretch&Conditioning Kiki							
17:00	17:30~18:30 Back&Arm Kiki				18:00~19:00 Basic Kikuko		18:00~19:00 Advance (members only) Mii	18:00~19:00 Pilates Cardio Kyoka	18:00~19:00 Release&Strength Mayu
18:00					19:30~20:30 Shape up Waist (members only) Kyoka		19:30~20:30 Basic Kikuko	19:30~20:30 Hip&Leg Kikuko	19:30~20:30 Jump to Burn Kyoka
19:30					21:00~22:00 Hip&Leg Kikuko		21:00~22:00 Pilates Barre Mii	21:00~22:00 Back&Arm Kyoka	21:00~22:00 Waist 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 K 千葉店 Lesson Schedule

更新日2024/2/15

2024/3/1~2024/3/31

	3月16日(土)	3月17日(日)	3月18日(月)	3月19日(火)	3月20日(水)	3月21日(木)	3月22日(金)	3月23日(土)	
10:30	10:30~11:30 Basic Kikuko	10:30~11:30 Back&Spine (members only) Mayu	close	10:30~11:30 Back&Arm Kyoka	10:30~11:30 Jump to Burn Mayu		10:30~11:30 Pilates Cardio Kyoka	10:30~11:30 Shape up Waist (members only) Kyoka	
12:00	12:00~13:00 Advance (members only) Kyoka	12:00~13:00 Basic Kyoka		12:30~13:30 Hip&Leg Kyoka	12:00~13:00 Basic Kikuko		12:30~13:30 Stretch&Conditioning 未定	12:00~13:00 Pilates Cardio Kyoka	12:00~13:00 Hip&Leg Kikuko
13:30	13:30~14:30 Release&Strength Mayu	13:30~14:30 Pilates Barre Mayu		18:00~19:00 Pilates Barre Mayu	13:30~14:30 Pilates Workout (members only) Kyoka		15:00~16:00 Stretch&Conditioning 未定	18:00~19:00 Basic Mayu	13:30~14:30 Basic Mayu
15:00	15:00~16:00 Back&Arm Kyoka	15:00~16:00 Pilates Cardio Kyoka		19:30~20:30 Release&Strength Mayu	17:30~18:30 Waist Kyoka		19:30~20:30 Back&Spine (members only) 未定	19:30~20:30 Basic Kikuko	15:00~16:00 Jump to Burn Kyoka
17:00	17:30~18:30 Basic Mayu			21:00~22:00 Basic Kikuko	18:00~19:00 Basic Mayu		21:00~22:00 Hip&Leg Mayu	21:00~22:00 Shape up Waist (members only) Mayu	17:30~18:30 Pilates Barre Mayu
18:00					19:30~20:30 Back&Spine (members only) 未定		19:30~20:30 Basic Kikuko	21:00~22:00 Shape up Waist (members only) Mayu	
19:30									
21:00									

	3月24日(日)	3月25日(月)	3月26日(火)	3月27日(水)	3月28日(木)	3月29日(金)	3月30日(土)	3月31日(日)
10:30	10:30~11:30 Release&Strength Mayu	close	10:30~11:30 Hip&Leg Kikuko	10:30~11:30 Advance (members only) Mayu		10:30~11:30 Stretch&Conditioning 未定	10:30~11:30 Basic Kikuko	10:30~11:30 Pilates Barre Mayu
12:00	12:00~13:00 Hip&Leg Kikuko		12:30~13:30 Jump to Burn Mayu	12:30~13:30 Basic Kyoka		12:30~13:30 Pilates Workout (members only) Yume	12:00~13:00 Pilates Workout (members only) Yume	12:00~13:00 Waist Kyoka
13:30	13:30~14:30 Pilates Workout (members only) Mayu		18:00~19:00 Stretch&Conditioning Mayu	18:00~19:00 Back&Arm Kyoka		18:00~19:00 Basic Kikuko	18:00~19:00 Waist Kyoka	13:30~14:30 Basic Mayu
15:00	15:00~16:00 Basic Kikuko		19:30~20:30 Basic Kyoka	19:30~20:30 Hip&Leg Kikuko		19:30~20:30 Shape up Waist (members only) Kyoka	19:30~20:30 Back&Spine (members only) Mayu	15:00~16:00 Back&Spine (members only) 未定
17:00			21:00~22:00 Waist Kyoka	21:00~22:00 Pilates Cardio Kyoka		21:00~22:00 Release&Strength Kyoka	21:00~22:00 Basic Kyoka	17:30~18:30 Stretch&Conditioning Mayu
18:00								
19:30								
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)