



pilates

pilates K 千葉店 Lesson Schedule

更新日2024/3/15

2024/4/1~2024/4/15

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

	4月9日(火)	4月10日(水)	4月11日(木)	4月12日(金)	4月13日(土)	4月14日(日)	4月15日(月)				
10:30	10:30~11:30 Back&Arm Haruka	10:30~11:30 Stretch&Conditioning Kikuko	close	10:30~11:30 Hip&Leg Kikuko	10:30~11:30 Basic Kikuko	10:30~11:30 Back&Spine (members only) Kyoka	close				
12:00	12:30~13:30 Hip&Leg Kikuko	12:30~13:30 Advance (members only) Mayu		12:30~13:30 Basic Haruka	12:00~13:00 Waist Kyoka	12:00~13:00 Basic Haruka					
13:30	close	close		close	close	13:30~14:30 Stretch&Conditioning Kikuko		13:30~14:30 Pilates Cardio Kyoka			
15:00						15:00~16:00 Pilates Workout (members only) Kyoka		15:00~16:00 Waist Haruka			
17:00						17:30~18:30 Back&Arm Haruka					
18:00						18:00~19:00 Basic Mayu		18:00~19:00 Back&Arm Kyoka	18:00~19:00 Hip&Leg Kikuko	18:00~19:00 Waist Kyoka	
19:30						19:30~20:30 Jump to Burn Kyoka		19:30~20:30 Hip&Leg Haruka	19:30~20:30 Shape up Waist (members only) Haruka	19:30~20:30 Back&Arm Haruka	21:00~22:00 Advance (members only) Kyoka
21:00						21:00~22:00 Pilates Barre Mayu		21:00~22:00 Basic Haruka	21:00~22:00 Stretch&Conditioning 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

2024/4/16~2024/4/30

	4月16日(火)	4月17日(水)	4月18日(木)	4月19日(金)	4月20日(土)	4月21日(日)	4月22日(月)	4月23日(火)
10:30	10:30~11:30 Advance (members only) Kyoka	10:30~11:30 Hip&Leg Kikuko		10:30~11:30 Pilates Workout (members only) Mayu	10:30~11:30 Hip&Leg Kikuko	10:30~11:30 Power up Control (members only) Mayu	close	10:30~11:30 Waist Haruka
12:00	12:30~13:30 Basic Kikuko	12:30~13:30 Shape up Waist (members only) Haruka		12:30~13:30 Stretch&Conditioning Kikuko	12:00~13:00 Back&Arm Haruka	12:00~13:00 Hip&Leg Haruka		12:30~13:30 Pilates Cardio Mayu
13:30					13:30~14:30 Basic Kyoka	13:30~14:30 Jump to Burn Mayu		
15:00					15:00~16:00 Waist Haruka	15:00~16:00 Basic Haruka		
17:00					17:30~18:30 Advance (members only) Mayu			
18:00	18:00~19:00 Waist Haruka	18:00~19:00 Basic Haruka	18:00~19:00 Back&Spine (members only) Kyoka	18:00~19:00 Basic Haruka				18:00~19:00 Stretch&Conditioning Kikuko
19:30	19:30~20:30 Power up Control (members only) Mayu	19:30~20:30 Pilates Cardio Mayu	19:30~20:30 Release&Strength Kyoka	19:30~20:30 Hip&Leg Kikuko				19:30~20:30 Basic Kyoka
21:00	21:00~22:00 Back&Arm Haruka	21:00~22:00 Pilates Barre Mayu	21:00~22:00 Basic Kikuko	21:00~22:00 Waist Haruka				21:00~22:00 Hip&Leg Kikuko

	4月24日(水)	4月25日(木)	4月26日(金)	4月27日(土)	4月28日(日)	4月29日(月)	4月30日(火)
10:30	10:30~11:30 Power up Control (members only) Mayu		10:30~11:30 Jump to Burn Kyoka	10:30~11:30 Pilates Barre Mayu	10:30~11:30 Pilates Cardio Kyoka	close	10:30~11:30 Basic Kikuko
12:00	12:30~13:30 Basic Kikuko		12:30~13:30 Shape up Waist (members only) Haruka	12:00~13:00 Release&Strength Kyoka	12:00~13:00 Waist Haruka		12:30~13:30 Stretch&Conditioning Kikuko
13:30				13:30~14:30 Back&Arm Haruka	13:30~14:30 Basic Kyoka		
15:00				15:00~16:00 Back&Spine (members only) Mayu	15:00~16:00 Hip&Leg Haruka		
17:00				17:30~18:30 Basic Kikuko			
18:00	18:00~19:00 Waist Kyoka	18:00~19:00 Stretch&Conditioning Mayu	18:00~19:00 Hip&Leg Kikuko				18:00~19:00 Back&Arm Haruka
19:30	19:30~20:30 Back&Arm Haruka	19:30~20:30 Basic Kikuko	19:30~20:30 Pilates Barre Mayu				19:30~20:30 Power up Control (members only) Mayu
21:00	21:00~22:00 Jump to Burn Kyoka	21:00~22:00 Pilates Workout (members only) Mayu	21:00~22:00 Basic Kikuko				21:00~22:00 Shape up Waist (members only) Haruka

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)