



pilates

# pilates K 松戸店 Lesson Schedule

更新日2024/4/15

## 2024/5/1~2024/5/15

Let's have fun with all pilates lovers♡

	5月1日(水)	5月2日(木)	5月3日(金)	5月4日(土)	5月5日(日)	5月6日(月)	5月7日(火)	5月8日(水)	
10:30	10:30~11:30 Waist ♪ Akari		10:30~11:30 Basic ♪ Yuina	10:30~11:30 Stretch&Conditioning ♪ asuka	10:30~11:30 Hip&Leg ♪ Akari	close	10:30~11:30 Basic ♪ Yuina	10:30~11:30 Waist ♪ Akari	
12:00	12:30~13:30 Pilates Workout Maaya		12:00~13:00 Jump to Burn Akari	12:00~13:00 Basic ♪ Yuina	12:00~13:00 Waist ♪ Maaya		12:30~13:30 Back&Arm ♪ asuka	12:30~13:30 Basic ♪ Yuina	
13:30			13:30~14:30 Hip&Leg ♪ asuka	13:30~14:30 Waist ♪ Maaya	13:30~14:30 Basic ♪ Akari				
15:00			15:00~16:00 Pilates Barre asuka	15:00~16:00 Pilates Workout Maaya	15:00~16:00 Pilates Barre Maaya				
17:00			17:30~18:30 Stretch&Conditioning ♪ Akari	17:30~18:30 Jump to Burn asuka					
18:00	18:00~19:00 Pilates Barre asuka		18:00~19:00 Basic ♪ Akari					18:00~19:00 Jump to Burn Akari	18:00~19:00 Back&Arm ♪ asuka
19:30	19:30~20:30 Basic ♪ Yuina		19:30~20:30 Hip&Leg ♪ Maaya					19:30~20:30 Waist ♪ Akari	19:30~20:30 Pilates Workout asuka
21:00	21:00~22:00 Back&Arm ♪ asuka		21:00~22:00 Pilates Barre Maaya					21:00~22:00 Stretch&Conditioning ♪ asuka	21:00~22:00 Hip&Leg ♪ Akari

	5月9日(木)	5月10日(金)	5月11日(土)	5月12日(日)	5月13日(月)	5月14日(火)	5月15日(水)		
10:30		10:30~11:30 Pilates Barre Maaya	10:30~11:30 Waist ♪ Akari	10:30~11:30 Pilates Workout asuka	close	10:30~11:30 Hip&Leg ♪ Maaya	10:30~11:30 Basic ♪ Yuina		
12:00		12:30~13:30 Waist ♪ Maaya	12:00~13:00 Hip&Leg ♪ asuka	12:00~13:00 Basic ♪ asuka		12:30~13:30 Pilates Barre Maaya	12:30~13:30 Hip&Leg ♪ Akari		
13:30			13:30~14:30 Jump to Burn Akari	13:30~14:30 Jump to Burn Akari					
15:00			15:00~16:00 Basic ♪ Yuina	15:00~16:00 Stretch&Conditioning ♪ Akari					
17:00			17:30~18:30 Pilates Barre asuka						
18:00		18:00~19:00 Waist ♪ Akari	18:00~19:00 Hip&Leg ♪ Akari					18:00~19:00 Basic ♪ Yuina	18:00~19:00 Pilates Barre Maaya
19:30		19:30~20:30 Jump to Burn Akari	19:30~20:30 Basic ♪ Yuina					19:30~20:30 Stretch&Conditioning ♪ Akari	19:30~20:30 Back&Arm ♪ asuka
21:00		21:00~22:00 Basic ♪ Yuina	21:00~22:00 Jump to Burn Akari					21:00~22:00 Waist ♪ Akari	21:00~22:00 Pilates Workout Maaya

♪：体験可能レッスン

・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 松戸店 Lesson Schedule

2024/5/16~2024/5/31

	5月16日(木)	5月17日(金)	5月18日(土)	5月19日(日)	5月20日(月)	5月21日(火)	5月22日(水)	5月23日(木)
10:30		10:30~11:30 Basic 📌 Yuina	10:30~11:30 Stretch&Conditioning 📌 asuka	10:30~11:30 Basic 📌 Aika	close	10:30~11:30 Pilates Barre Maaya	10:30~11:30 Basic 📌 Aika	
12:00		12:30~13:30 Pilates Barre Maaya	12:00~13:00 Basic 📌 Yuina	12:00~13:00 Back&Arm 📌 Yuina		12:30~13:30 Basic 📌 Aika	12:30~13:30 Back&Arm 📌 Yuina	
13:30			13:30~14:30 Pilates Workout asuka	13:30~14:30 Waist 📌 Akari				
15:00			15:00~16:00 Back&Arm 📌 Yuina	15:00~16:00 Jump to Burn Akari				
17:00			17:30~18:30 Hip&Leg 📌 Mayu.W					
18:00	18:00~19:00 Waist 📌 Maaya	18:00~19:00 Stretch&Conditioning 📌 asuka				18:00~19:00 Pilates Workout Maaya	18:00~19:00 Basic 📌 Yuina	18:00~19:00 Basic 📌 Aika
19:30	19:30~20:30 Basic 📌 Aika	19:30~20:30 Jump to Burn asuka				19:30~20:30 Basic 📌 Yuina	19:30~20:30 Hip&Leg 📌 Maaya	19:30~20:30 Waist 📌 Maaya
21:00	21:00~22:00 Pilates Barre Maaya	21:00~22:00 Basic 📌 Aika				21:00~22:00 Back&Arm 📌 Yuina	21:00~22:00 Pilates Barre Maaya	21:00~22:00 Pilates Workout Maaya

	5月24日(金)	5月25日(土)	5月26日(日)	5月27日(月)	5月28日(火)	5月29日(水)	5月30日(木)	5月31日(金)	
10:30	10:30~11:30 Basic 📌 Aika	10:30~11:30 Back&Arm 📌 Yuina	10:30~11:30 Pilates Barre asuka	close	10:30~11:30 Pilates Workout Maaya	10:30~11:30 Jump to Burn asuka		10:30~11:30 Basic 📌 Aika	
12:00	12:30~13:30 Pilates Workout Maaya	12:00~13:00 Hip&Leg 📌 asuka	12:00~13:00 Basic 📌 Yuina		12:30~13:30 Basic 📌 Aika	12:30~13:30 Back&Arm 📌 Yuina		12:30~13:30 Waist 📌 Maaya	
13:30		13:30~14:30 Basic 📌 Yuina	13:30~14:30 Back&Arm 📌 Yuina						
15:00		15:00~16:00 Stretch&Conditioning 📌 asuka	15:00~16:00 Waist 📌 asuka						
17:00		17:30~18:30 Basic 📌 Aika							
18:00	18:00~19:00 Jump to Burn asuka					18:00~19:00 Stretch&Conditioning 📌 asuka	18:00~19:00 Basic 📌 Yuina	18:00~19:00 Basic 📌 Aika	18:00~19:00 Pilates Barre asuka
19:30	19:30~20:30 Back&Arm 📌 Yuina					19:30~20:30 Basic 📌 Aika	19:30~20:30 Pilates Barre Maaya	19:30~20:30 Back&Arm 📌 Yuina	19:30~20:30 Hip&Leg 📌 Maaya
21:00	21:00~22:00 Hip&Leg 📌 asuka					21:00~22:00 Jump to Burn asuka	21:00~22:00 Hip&Leg 📌 Maaya	12:30~13:30 Waist 📌 hikari	21:00~22:00 Pilates Workout asuka

📌: 体験可能レッスン

今月も一緒にピラティスを楽しみましょう！

### 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）