



pilates

# pilates K 津田沼ビート店 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 ♪ Yume		10:30~11:30 Hip&Leg ♪ Yume	10:30~11:30 Pilates Barre Yume	10:30~11:30 Pilates Cardio Yume	close	10:30~11:30 Back&Arm ♪ Kaori	10:30~11:30 Hip&Leg ♪ Kaori
12:00	12:30~13:30 Body Balance una		12:00~13:00 Basic ♪ Kaori	12:00~13:00 Back&Arm ♪ Kaori	12:00~13:00 Basic ♪ runa		12:30~13:30 Release&Strength runa	12:30~13:30 Basic ♪ Yume
13:30			13:30~14:30 Pilates Workout Yume	13:30~14:30 Basic ♪ Yume	13:30~14:30 Hip&Leg ♪ Yume			
15:00			15:00~16:00 Back&Arm ♪ Kaori	15:00~16:00 Jump to Burn Kaori	15:00~16:00 Release&Strength runa			
17:00			17:30~18:30 Pilates Cardio runa	17:30~18:30 Waist ♪ Yume				
18:00	18:00~19:00 Basic ♪ Kaori		18:00~19:00 Hip&Leg ♪ Kaori					18:00~19:00 Waist ♪ una
19:30	19:30~20:30 Pilates Cardio runa	19:30~20:30 Pilates Barre runa	19:30~20:30 Basic ♪ Yume			19:30~20:30 Back&Arm ♪ una		
21:00	21:00~22:00 Back&Arm ♪ Kaori	21:00~22:00 Basic ♪ Kaori	21:00~22:00 Body Balance una			21:00~22:00 Waist ♪ runa		

	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 Basic ♪ Kaori	10:30~11:30 Stretch&Conditioning ♪ runa	10:30~11:30 Body Balance una	close	10:30~11:30 Release&Strength Yume	10:30~11:30 Back&Arm ♪ una
12:00		12:30~13:30 Pilates Barre runa	12:00~13:00 Basic ♪ Kaori	12:00~13:00 Hip&Leg ♪ runa		12:30~13:30 Basic ♪ una	12:30~13:30 Jump to Burn Yume
13:30			13:30~14:30 Pilates Cardio runa	13:30~14:30 Basic ♪ una			
15:00			15:00~16:00 Hip&Leg ♪ Kaori	15:00~16:00 Pilates Barre runa			
17:00			17:30~18:30 Back&Arm ♪ Yume				
18:00		18:00~19:00 Basic ♪ runa	18:00~19:00 Pilates Workout Yume				18:00~19:00 Hip&Leg ♪ Kaori
19:30	19:30~20:30 Body Balance una	19:30~20:30 Hip&Leg ♪ runa	19:30~20:30 Pilates Cardio runa		19:30~20:30 Release&Strength runa		
21:00	21:00~22:00 Waist ♪ runa	21:00~22:00 Stretch&Conditioning ♪ Yume	21:00~22:00 Back&Arm ♪ Kaori		21:00~22:00 Hip&Leg ♪ Kaori		

♪：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 津田沼ビート店 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 ♪ 未確定	10:30~11:30 Hip&Leg ♪ Kaori	10:30~11:30 Back&Arm ♪ una	close	10:30~11:30 Waist ♪ una	10:30~11:30 Basic ♪ 未確定	
12:00		12:30~13:30 Stretch&Conditioning ♪ runa	12:00~13:00 Basic ♪ 未確定	12:00~13:00 Hip&Leg ♪ runa		12:30~13:30 Basic ♪ 未確定	12:30~13:30 Pilates Barre runa	
13:30			13:30~14:30 Pilates Workout una	13:30~14:30 Body Balance una				
15:00			15:00~16:00 Basic ♪ 未確定	15:00~16:00 Pilates Barre runa				
17:00			17:30~18:30 Back&Arm ♪ Kaori					
18:00	18:00~19:00 Waist ♪ una	18:00~19:00 Basic ♪ 未確定				18:00~19:00 Stretch&Conditioning ♪ runa	18:00~19:00 Body Balance una	18:00~19:00 Hip&Leg ♪ runa
19:30	19:30~20:30 Basic ♪ runa	19:30~20:30 Back&Arm ♪ Kaori				19:30~20:30 Hip&Leg ♪ una	19:30~20:30 Waist ♪ runa	19:30~20:30 Basic ♪ 未確定
21:00	21:00~22:00 Body Balance una	21:00~22:00 Jump to Burn Kaori				21:00~22:00 Pilates Cardio runa	21:00~22:00 Back&Arm ♪ una	21:00~22:00 Release&Strength runa

	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 ♪ 未確定	10:30~11:30 Waist ♪ una	10:30~11:30 Basic ♪ Kaori	close	10:30~11:30 Hip&Leg ♪ una	10:30~11:30 Body Balance una		10:30~11:30 Hip&Leg ♪ Kaori
12:00	12:30~13:30 Waist ♪ una	12:00~13:00 Basic ♪ 未確定	12:00~13:00 Stretch&Conditioning ♪ una		12:30~13:30 Pilates Cardio runa	12:30~13:30 Basic ♪ una		12:30~13:30 Basic ♪ 未確定
13:30		13:30~14:30 Jump to Burn Kaori	13:30~14:30 Back&Arm ♪ Kaori					
15:00		15:00~16:00 Hip&Leg ♪ una	15:00~16:00 Pilates Workout una					
17:00		17:30~18:30 Basic ♪ 未確定						
18:00	18:00~19:00 Hip&Leg ♪ runa				18:00~19:00 Jump to Burn Kaori	18:00~19:00 Back&Arm ♪ Kaori	18:00~19:00 Stretch&Conditioning ♪ runa	18:00~19:00 Pilates Barre runa
19:30	19:30~20:30 Pilates Workout una				19:30~20:30 Basic ♪ 未確定	19:30~20:30 Hip&Leg ♪ Kaori	19:30~20:30 Basic ♪ 未確定	19:30~20:30 Waist ♪ una
21:00	21:00~22:00 Release&Strength runa				21:00~22:00 Back&Arm ♪ Kaori	21:00~22:00 Basic ♪ 未確定	21:00~22:00 Pilates Barre runa	21:00~22:00 Release&Strength runa

♪: 体験可能レッスン

今月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)