



pilates

pilates K 津田沼店 Lesson Schedule

更新日2024/5/15

2024/6/1~2024/6/15

Let's have fun with all pilates lovers♡

	6月1日(土)	6月2日(日)	6月3日(月)	6月4日(火)	6月5日(水)	6月6日(木)	6月7日(金)	6月8日(土)	
10:30	10:30~11:30 Basic ♡ Kaori	close		10:30~11:30 Basic ♡ Haruka.M	10:30~11:30 Waist ♡ una		10:30~11:30 Hip&Leg ♡ runa	10:30~11:30 Pilates Cardio runa	
12:00	12:00~13:00 Release&Strength runa			12:30~13:30 Waist ♡ runa	12:30~13:30 Body Balance una		12:30~13:30 Basic ♡ Haruka.M	12:00~13:00 Waist ♡ una	
13:30	13:30~14:30 Back&Arm ♡ Kaori							13:30~14:30 Hip&Leg ♡ Kaori	
15:00	15:00~16:00 Pilates Barre runa							15:00~16:00 Basic ♡ una	
17:00	17:30~18:30 Jump to Burn Kaori								17:30~18:30 Back&Arm ♡ Kaori
18:00					18:00~19:00 Back&Arm ♡ Kaori	18:00~19:00 Hip&Leg ♡ Kaori	18:00~19:00 Basic ♡ Haruka.M	18:00~19:00 Back&Arm ♡ Kaori	
19:30					19:30~20:30 Stretch&Conditioning ♡ runa	19:30~20:30 Basic ♡ Haruka.M	19:30~20:30 Waist ♡ runa	19:30~20:30 Basic ♡ Haruka.M	
21:00					21:00~22:00 Hip&Leg ♡ Kaori	21:00~22:00 Back&Arm ♡ Kaori	21:00~22:00 Release&Strength runa	21:00~22:00 Jump to Burn Kaori	

	6月9日(日)	6月10日(月)	6月11日(火)	6月12日(水)	6月13日(木)	6月14日(金)	6月15日(土)	
10:30	10:30~11:30 Basic ♡ Haruka.M	close	10:30~11:30 Stretch&Conditioning ♡ runa	10:30~11:30 Back&Arm ♡ Kaori		10:30~11:30 Waist ♡ Akari	10:30~11:30 Stretch&Conditioning ♡ runa	
12:00	12:00~13:00 Hip&Leg ♡ una			12:30~13:30 Basic ♡ Haruka.M	12:30~13:30 Pilates Barre runa		12:30~13:30 Jump to Burn Kaori	12:00~13:00 Back&Arm ♡ Kaori
13:30	13:30~14:30 Jump to Burn Kaori							13:30~14:30 Pilates Cardio runa
15:00	15:00~16:00 Pilates Workout una							15:00~16:00 Hip&Leg ♡ Kaori
17:00								17:30~18:30 Basic ♡ Haruka.M
18:00				18:00~19:00 Back&Arm ♡ una	18:00~19:00 Body Balance una	18:00~19:00 Basic ♡ Haruka.M	18:00~19:00 Hip&Leg ♡ runa	
19:30				19:30~20:30 Pilates Cardio runa	19:30~20:30 Waist ♡ una	19:30~20:30 Hip&Leg ♡ Sae	19:30~20:30 Basic ♡ Kaori	
21:00				21:00~22:00 Waist ♡ una	21:00~22:00 Basic ♡ Haruka.M	21:00~22:00 Pilates Workout Sae	21:00~22:00 Release&Strength runa	

♡：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 津田沼店 Lesson Schedule

2024/6/16~2024/6/30

	6月16日(日)	6月17日(月)	6月18日(火)	6月19日(水)	6月20日(木)	6月21日(金)	6月22日(土)	6月23日(日)
10:30	10:30~11:30 Basic ♪ Haruka.M	close	10:30~11:30 Back&Arm ♪ Kaori	10:30~11:30 Pilates Cardio runa		10:30~11:30 Basic ♪ Haruka.M	10:30~11:30 Hip&Leg ♪ runa	10:30~11:30 Stretch&Conditioning ♪ runa
12:00	12:00~13:00 Hip&Leg ♪ runa		12:30~13:30 Pilates Barre runa	12:30~13:30 Basic ♪ Haruka.M		12:30~13:30 Waist ♪ una	12:00~13:00 Body Balance una	12:00~13:00 Waist ♪ una
13:30	13:30~14:30 Basic ♪ Haruka.M						13:30~14:30 Basic ♪ Haruka.M	13:30~14:30 Basic ♪ runa
15:00	15:00~16:00 Release&Strength runa						15:00~16:00 Waist ♪ una	15:00~16:00 Pilates Barre una
17:00							17:30~18:30 Pilates Cardio runa	
18:00			18:00~19:00 Basic ♪ Haruka.M	18:00~19:00 Jump to Burn Kaori	18:00~19:00 Basic ♪ Kaori	18:00~19:00 Basic ♪ Kaori	18:00~19:00 Back&Arm ♪ Kaori	
19:30			19:30~20:30 Hip&Leg ♪ Kaori	19:30~20:30 Stretch&Conditioning ♪ runa	19:30~20:30 Release&Strength runa	19:30~20:30 Pilates Barre runa		
21:00			21:00~22:00 Basic ♪ Haruka.M	21:00~22:00 Back&Arm ♪ Kaori	21:00~22:00 Pilates Workout Kaori	21:00~22:00 Hip&Leg ♪ Kaori		

	6月24日(月)	6月25日(火)	6月26日(水)	6月27日(木)	6月28日(金)	6月29日(土)	6月30日(日)
10:30	close	10:30~11:30 Body Balance una	10:30~11:30 Basic ♪ Haruka.M		10:30~11:30 Pilates Workout Kaori	10:30~11:30 Back&Arm ♪ Kaori	10:30~11:30 Pilates Barre una
12:00		12:30~13:30 Waist ♪ runa	12:30~13:30 Hip&Leg ♪ runa		12:30~13:30 Basic ♪ Haruka.M	12:00~13:00 Basic ♪ Haruka.M	12:00~13:00 Waist ♪ runa
13:30						13:30~14:30 Hip&Leg ♪ runa	13:30~14:30 Basic ♪ Haruka.M
15:00						15:00~16:00 Pilates Workout Kaori	15:00~16:00 Jump to Burn Kaori
17:00						17:30~18:30 Release&Strength runa	
18:00		18:00~19:00 Pilates Barre una	18:00~19:00 Back&Arm ♪ una	18:00~19:00 Waist ♪ una	18:00~19:00 Hip&Leg ♪ una		
19:30		19:30~20:30 Stretch&Conditioning ♪ runa	19:30~20:30 Basic ♪ Haruka.M	19:30~20:30 Body Balance una	19:30~20:30 Pilates Cardio runa		
21:00		21:00~22:00 Basic ♪ Haruka.M	21:00~22:00 Waist ♪ una	21:00~22:00 Basic ♪ Haruka.M	21:00~22:00 Back&Arm ♪ una		

♪: 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)