



pilates

# pilates K 津田沼ビート店 Lesson Schedule

更新日2024/6/15

## 2024/7/1~2024/7/15

Let's have fun with all pilates lovers♡

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

	7月9日(火)	7月10日(水)	7月11日(木)	7月12日(金)	7月13日(土)	7月14日(日)	7月15日(月)
10:30	10:30~11:30 Waist ♪ Haruka.M	10:30~11:30 Hip&Leg ♪ Kaori		10:30~11:30 Basic ♪ Haruka.M	10:30~11:30 Waist ♪ Haruka.M	10:30~11:30 Back&Arm ♪ Kaori	close
12:00	12:30~13:30 Jump to Burn Kaori	12:30~13:30 Basic ♪ Haruka.M		12:30~13:30 Release&Strength runa	12:00~13:00 Stretch&Conditioning ♪ runa	12:00~13:00 Basic ♪ runa	
13:30					13:30~14:30 Basic ♪ Haruka.M	13:30~14:30 Jump to Burn Kaori	
15:00					15:00~16:00 Hip&Leg ♪ runa	15:00~16:00 Release&Strength runa	
17:00					17:30~18:30 Pilates Workout Kaori		
18:00	18:00~19:00 Basic ♪ runa	18:00~19:00 Stretch&Conditioning ♪ una	18:00~19:00 Back&Arm ♪ Kaori	18:00~19:00 Hip&Leg ♪ Kaori			
19:30	19:30~20:30 Advance una	19:30~20:30 Waist ♪ runa	19:30~20:30 Hip&Leg ♪ una	19:30~20:30 Basic ♪ runa			
21:00	21:00~22:00 Pilates Barre runa	21:00~22:00 Body Balance una	21:00~22:00 Basic ♪ Kaori	21:00~22:00 Jump to Burn 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

2024/7/16~2024/7/31

	7月16日(火)	7月17日(水)	7月18日(木)	7月19日(金)	7月20日(土)	7月21日(日)	7月22日(月)	7月23日(火)
10:30	10:30~11:30 Basic ♪ Haruka.M	10:30~11:30 Pilates Barre una		10:30~11:30 Stretch&Conditioning ♪ una	10:30~11:30 Body Balance una	10:30~11:30 Waist ♪ Haruka.M	close	10:30~11:30 Body Balance una
12:00					12:00~13:00 Waist ♪ Haruka.M	12:00~13:00 Back&Arm ♪ una		
	12:30~13:30 Pilates Cardio runa	12:30~13:30 Waist ♪ Haruka.M		12:30~13:30 Basic ♪ Haruka.M				12:30~13:30 Back&Arm ♪ una
13:30					13:30~14:30 Advance una	13:30~14:30 Basic ♪ Haruka.M		
15:00					15:00~16:00 Basic ♪ Haruka.M	15:00~16:00 Pilates Barre una		
17:00					17:30~18:30 Hip&Leg ♪ una			
18:00	18:00~19:00 Back&Arm ♪ una	18:00~19:00 Body Balance una	18:00~19:00 Hip&Leg ♪ runa	18:00~19:00 Waist ♪ Haruka.M				18:00~19:00 Basic ♪ Haruka.M
19:30	19:30~20:30 Hip&Leg ♪ runa	19:30~20:30 Release&Strength runa	19:30~20:30 Basic ♪ una	19:30~20:30 Pilates Barre una				19:30~20:30 Hip&Leg ♪ runa
21:00	21:00~22:00 Advance una	21:00~22:00 Basic ♪ runa	21:00~22:00 Waist ♪ runa	21:00~22:00 Back&Arm ♪ una				21:00~22:00 Waist ♪ Haruka.M

	7月24日(水)	7月25日(木)	7月26日(金)	7月27日(土)	7月28日(日)	7月29日(月)	7月30日(火)	7月31日(水)	
10:30	10:30~11:30 Advance una		10:30~11:30 Back&Arm ♪ Haruka.M	10:30~11:30 Hip&Leg ♪ una	10:30~11:30 Basic ♪ Haruka.M	close	10:30~11:30 Basic ♪ 未確定	10:30~11:30 Back&Arm ♪ Haruka.M	
12:00				12:00~13:00 Stretch&Conditioning ♪ runa	12:00~13:00 Body Balance una		12:30~13:30 Hip&Leg ♪ runa	12:30~13:30 Basic ♪ 未確定	
	12:30~13:30 Hip&Leg ♪ una		12:30~13:30 Waist ♪ Haruka.M		13:30~14:30 Basic ♪ runa				
13:30					13:30~14:30 Back&Arm ♪ Haruka.M				
15:00					15:00~16:00 Pilates Workout una		15:00~16:00 Advance una		
17:00				17:30~18:30 Back&Arm ♪ runa					
18:00	18:00~19:00 Back&Arm ♪ runa	18:00~19:00 Basic ♪ Haruka.M	18:00~19:00 Hip&Leg ♪ runa					18:00~19:00 Waist ♪ Haruka.M	18:00~19:00 Pilates Cardio runa
19:30	19:30~20:30 Waist ♪ Haruka.M	19:30~20:30 Pilates Barre runa	19:30~20:30 Basic ♪ Haruka.M					19:30~20:30 Basic ♪ 未確定	19:30~20:30 Body Balance una
21:00	21:00~22:00 Pilates Cardio runa	21:00~22:00 Back&Arm ♪ Haruka.M	21:00~22:00 Release&Strength runa					21:00~22:00 Back&Arm ♪ Haruka.M	21:00~22:00 Hip&Leg ♪ runa

♪: 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)