



pilates

# pilates K 千葉店 Lesson Schedule

更新日2024/6/4

2024/6/1~2024/6/30

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 Hip&Leg 📍 Hikari	close	close	10:30~11:30 Basic 📍 Mirai.B	10:30~11:30 Hip&Leg 📍 Hikari		10:30~11:30 Basic 📍 Mirai.B	10:30~11:30 Waist 📍 Kyoka
12:00	12:00~13:00 Basic 📍 Asuka.K			12:30~13:30 Back&Arm 📍 Hikari	12:30~13:30 Basic 📍 Mirai.B		12:30~13:30 Power up Control Mayu	12:00~13:00 Back&Arm 📍 Hikari
13:30	13:30~14:30 Pilates Workout Kyoka			13:30~14:30 Back&Spine Kyoka	15:00~16:00 Basic 📍 Asuka.K		17:30~18:30 Hip&Leg 📍 Hikari	
15:00	15:00~16:00 Back&Arm 📍 Hikari			18:00~19:00 Pilates Barre Mayu	18:00~19:00 Basic 📍 Mirai.B		18:00~19:00 Shape up Waist Kyoka	18:00~19:00 Basic 📍 Asuka.K
17:00	17:30~18:30 Jump to Burn Kyoka			19:30~20:30 Basic 📍 Asuka.K	19:30~20:30 Pilates Workout Kyoka		19:30~20:30 Body Balance Kyoka	19:30~20:30 Waist 📍 Kyoka
18:00				21:00~22:00 Stretch&Conditioning 📍 Mayu	21:00~22:00 Back&Spine Kyoka		21:00~22:00 Basic 📍 Asuka.K	21:00~22:00 Advance Kyoka
19:30								
21:00								

	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 Advance Kyoka	close	10:30~11:30 Waist 📍 Kyoka	10:30~11:30 Basic 📍 Mirai.B		10:30~11:30 Back&Arm 📍 Hikari	10:30~11:30 Power up Control Mayu
12:00	12:00~13:00 Basic 📍 Asuka.K		12:30~13:30 Pilates Workout Kyoka	12:30~13:30 Body Balance Kyoka		12:30~13:30 Basic 📍 Mirai.B	12:00~13:00 Hip&Leg 📍 Hikari
13:30	13:30~14:30 Shape up Waist Kyoka		15:00~16:00 Hip&Leg 📍 Hikari	17:30~18:30 Basic 📍 Mirai.B		18:00~19:00 Hip&Leg 📍 Hikari	13:30~14:30 Back&Arm 📍 Hikari
15:00	15:00~16:00 Hip&Leg 📍 Hikari		18:00~19:00 Pilates Barre Mayu	18:00~19:00 Basic 📍 Asuka.K		18:00~19:00 Waist 📍 Kyoka	15:00~16:00 Waist 📍 Mayu
17:00			19:30~20:30 Back&Arm 📍 Hikari	19:30~20:30 Basic 📍 Asuka.K		19:30~20:30 Hip&Leg 📍 Hikari	19:30~20:30 Jump to Burn Kyoka
18:00			21:00~22:00 Basic 📍 Mirai.B	21:00~22:00 Stretch&Conditioning 📍 Mayu		21:00~22:00 Back&Arm 📍 Hikari	21:00~22:00 Basic 📍 Asuka.K
19:30							
21:00							

📍：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 千葉店 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 Stretch&Conditioning ♪ Mayu	close	10:30~11:30 Basic ♪ Asuka.K	10:30~11:30 Hip&Leg ♪ Hikari		10:30~11:30 Jump to Burn Kyoka	10:30~11:30 Back&Arm ♪ Hikari	10:30~11:30 Hip&Leg ♪ 未定	
12:00	12:00~13:00 Basic ♪ Asuka.K						12:00~13:00 Advance Mayu	12:00~13:00 Waist ♪ Mayu	
13:30	13:30~14:30 Hip&Leg ♪ Hikari			12:30~13:30 Pilates Barre Mayu	12:30~13:30 Basic ♪ Asuka.K		12:30~13:30 Shape up Waist Kyoka	13:30~14:30 Basic ♪ Asuka.K	13:30~14:30 Jump to Burn Mayu
15:00	15:00~16:00 Body Balance Mayu							15:00~16:00 Hip&Leg ♪ Hikari	15:00~16:00 Basic ♪ Asuka.K
17:00								17:30~18:30 Pilates Workout Mayu	
18:00				18:00~19:00 Back&Arm ♪ Hikari	18:00~19:00 Shape up Waist Mayu	18:00~19:00 Hip&Leg ♪ Hikari	18:00~19:00 Basic ♪ Asuka.K		
19:30				19:30~20:30 Basic ♪ Mirai.B	19:30~20:30 Back&Spine Mayu	19:30~20:30 Basic ♪ Mirai.B	19:30~20:30 Stretch&Conditioning ♪ Mayu		
21:00				21:00~22:00 Hip&Leg ♪ Hikari	21:00~22:00 Basic ♪ Mirai.B	21:00~22:00 Waist ♪ Mayu	21:00~22:00 Back&Arm ♪ Hikari		

	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 Kyoka	10:30~11:30 Basic ♪ Mirai.B		10:30~11:30 Waist ♪ Mayu	10:30~11:30 Jump to Burn Mayu	10:30~11:30 Hip&Leg ♪ Hikari	
12:00						12:00~13:00 Basic ♪ Mirai.B	12:00~13:00 Body Balance Mayu	
13:30			12:30~13:30 Stretch&Conditioning ♪ Mayu	12:30~13:30 Back&Arm ♪ Kyoka		12:30~13:30 Back&Spine Kyoka	13:30~14:30 Hip&Leg ♪ Hikari	13:30~14:30 Basic ♪ Mirai.B
15:00							15:00~16:00 Waist ♪ Mayu	15:00~16:00 Back&Arm ♪ Hikari
17:00							17:30~18:30 Back&Arm ♪ Hikari	
18:00			18:00~19:00 Hip&Leg ♪ 未定	18:00~19:00 Basic ♪ Hikari	18:00~19:00 Pilates Workout Kyoka	18:00~19:00 Basic ♪ Mirai.B		
19:30			19:30~20:30 Advance Kyoka	19:30~20:30 Pilates Barre Mayu	19:30~20:30 Basic ♪ Mirai.B	19:30~20:30 Back&Arm ♪ Hikari		
21:00			21:00~22:00 Basic ♪ Asuka.K	21:00~22:00 Jump to Burn Mayu	21:00~22:00 Shape up Waist Kyoka	21:00~22:00 Hip&Leg ♪ Hikari		

♪: 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)