



pilates

# pilates K 松戸店 Lesson Schedule

更新日2024/7/4

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 Jump to Burn Maaya	10:30~11:30 Basic ♪ aika.K		10:30~11:30 Waist ♪ Yuina	10:30~11:30 Back&Arm ♪ Yuina	10:30~11:30 Hip&Leg ♪ Maaya	close
12:00						12:00~13:00 Pilates Workout Maaya	12:00~13:00 Basic ♪ asuka	
13:30		12:30~13:30 Basic ♪ aika.K	12:30~13:30 Pilates Barre Maaya		12:30~13:30 Back&Arm ♪ Yuina	13:30~14:30 Stretch&Conditioning ♪ asuka	13:30~14:30 Pilates Barre Maaya	
15:00						15:00~16:00 Basic ♪ Yuina	15:00~16:00 Jump to Burn asuka	
17:00						17:30~18:30 Pilates Barre Maaya		
18:00		18:00~19:00 Waist ♪ Yuina	18:00~19:00 Stretch&Conditioning ♪ asuka	18:00~19:00 Back&Arm ♪ Yuina	18:00~19:00 Release&Strength asuka			
19:30		19:30~20:30 Back&Arm ♪ Yuina	19:30~20:30 Waist ♪ Yuina	19:30~20:30 Basic ♪ Yuina	19:30~20:30 Hip&Leg ♪ asuka			
21:00		21:00~22:00 Hip&Leg ♪ asuka	21:00~22:00 Jump to Burn asuka	21:00~22:00 Pilates Workout asuka	21:00~22:00 Basic ♪ aika.K			

	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 Basic ♪ aika.K	10:30~11:30 Release&Strength asuka		10:30~11:30 Pilates Barre Maaya	10:30~11:30 Basic ♪ aika.K	10:30~11:30 Pilates Barre Maaya	close
12:00				12:00~13:00 Back&Arm ♪ MOE.H	12:00~13:00 Basic ♪ Yuina		
13:30	12:30~13:30 Stretch&Conditioning ♪ asuka	12:30~13:30 Jump to Burn Maaya		12:30~13:30 Hip&Leg ♪ Maaya	13:30~14:30 Hip&Leg ♪ Maaya	13:30~14:30 Back&Arm ♪ Yuina	
15:00					15:00~16:00 Waist ♪ Yuina	15:00~16:00 Pilates Workout Maaya	
17:00					17:30~18:30 Jump to Burn Maaya		
18:00	18:00~19:00 Hip&Leg ♪ Maaya	18:00~19:00 Basic ♪ aika.K	18:00~19:00 Stretch&Conditioning ♪ asuka	18:00~19:00 Back&Arm ♪ Yuina			
19:30	19:30~20:30 Basic ♪ aika.K	19:30~20:30 Back&Arm ♪ MOE.H	19:30~20:30 Waist ♪ Maaya	19:30~20:30 Basic ♪ aika.K			
21:00	21:00~22:00 Jump to Burn Maaya	21:00~22:00 Waist ♪ Yuina	21:00~22:00 Back&Arm ♪ MOE.H	21:00~22:00 Waist ♪ Yuina			

♪：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 松戸店 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 Hip&Leg ♪ aika.K	10:30~11:30 Pilates Workout Maaya		10:30~11:30 Pilates Barre asuka	10:30~11:30 Back&Arm ♪ Yuina	10:30~11:30 Pilates Workout Maaya	close	10:30~11:30 Pilates Barre Maaya
12:00	12:30~13:30 Jump to Burn Maaya	12:30~13:30 Hip&Leg ♪ aika.K		12:30~13:30 Basic ♪ aika.K	12:00~13:00 Basic ♪ aika.K	12:00~13:00 Stretch&Conditioning ♪ asuka		12:30~13:30 Hip&Leg ♪ Maaya
13:30					13:30~14:30 Jump to Burn Maaya	13:30~14:30 Hip&Leg ♪ Maaya		
15:00					15:00~16:00 Waist ♪ Yuina	15:00~16:00 Release&Strength asuka		
17:00					17:30~18:30 Hip&Leg ♪ aika.K			
18:00	18:00~19:00 Basic ♪ Yuina	18:00~19:00 Back&Arm ♪ Yuina	18:00~19:00 Basic ♪ aika.K	18:00~19:00 Waist ♪ Yuina				18:00~19:00 Waist ♪ Yuina
19:30	19:30~20:30 Stretch&Conditioning ♪ asuka	19:30~20:30 Basic ♪ aika.K	19:30~20:30 Hip&Leg ♪ aika.K	19:30~20:30 Basic ♪ Yuina				19:30~20:30 Basic ♪ Yuina
21:00	21:00~22:00 Release&Strength asuka	21:00~22:00 Waist ♪ Yuina	21:00~22:00 Pilates Workout Maaya	21:00~22:00 Back&Arm ♪ asuka				21:00~22:00 Jump to Burn Maaya

	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 Jump to Burn Maaya		10:30~11:30 Basic ♪ Yuina	10:30~11:30 Waist ♪ Yuina	10:30~11:30 Basic ♪ Yuina	close	10:30~11:30 Back&Arm ♪ asuka	10:30~11:30 Hip&Leg ♪ aika.K	
12:00	12:30~13:30 Hip&Leg ♪ aika.K		12:30~13:30 Waist ♪ Yuina	12:00~13:00 Hip&Leg ♪ aika.K	12:30~13:30 Back&Arm ♪ Maaya		12:30~13:30 Waist ♪ Yuina	12:30~13:30 Basic ♪ aika.K	
13:30				13:30~14:30 Basic ♪ aika.K	13:30~14:30 Waist ♪ Yuina				
15:00				15:00~16:00 Release&Strength asuka	15:00~16:00 Pilates Barre Maaya				
17:00				17:30~18:30 Pilates Workout Maaya					
18:00	18:00~19:00 Pilates Workout asuka	18:00~19:00 Waist ♪ Yuina	18:00~19:00 Hip&Leg ♪ asuka					18:00~19:00 Release&Strength asuka	18:00~19:00 Back&Arm ♪ asuka
19:30	19:30~20:30 Stretch&Conditioning ♪ asuka	19:30~20:30 Basic ♪ aika.K	19:30~20:30 Pilates Workout asuka					19:30~20:30 Hip&Leg ♪ aika.K	19:30~20:30 Pilates Barre Maaya
21:00	21:00~22:00 Basic ♪ Mana.H	21:00~22:00 Back&Arm ♪ Yuina	21:00~22:00 Basic ♪ Yuina					21:00~22:00 Basic ♪ aika.K	21:00~22:00 Release&Strength 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）