



pilates

pilates K 松戸店 Lesson Schedule

更新日2024/8/15

2024/9/1~2024/9/15

Let's have fun with all pilates lovers♡

	9月1日(日)	9月2日(月)	9月3日(火)	9月4日(水)	9月5日(木)	9月6日(金)	9月7日(土)	9月8日(日)	
10:30	10:30~11:30 Pilates Barre Maaya	close	10:30~11:30 Style up pilates asuka	10:30~11:30 Release&Strength asuka		10:30~11:30 Pilates Barre asuka	10:30~11:30 Hip&Leg ♪ aika.K	10:30~11:30 Style up pilates asuka	
12:00	12:00~13:00 Hip&Leg ♪ aika.K		12:30~13:30 Back&Arm ♪ Yuina	12:30~13:30 Pilates Barre Maaya		12:30~13:30 Basic ♪ aika.K	12:00~13:00 Shape up Waist Maaya	12:00~13:00 Basic ♪ aika.K	
13:30	13:30~14:30 Basic ♪ aika.K		18:00~19:00 Basic ♪ aika.K	18:00~19:00 Waist ♪ Yuina		18:00~19:00 Pilates Workout asuka	18:00~19:00 Back&Arm ♪ Yuina	17:30~18:30 Pilates Workout Maaya	13:30~14:30 Pilates Barre asuka
15:00	15:00~16:00 Jump to Burn Maaya		19:30~20:30 Waist ♪ Mayu.K	19:30~20:30 Basic ♪ Yuina		19:30~20:30 Back&Arm ♪ asuka	19:30~20:30 Waist ♪ aika.K	15:00~16:00 Basic ♪ Yuina	15:00~16:00 Hip&Leg ♪ aika.K
17:00			21:00~22:00 Hip&Leg ♪ aika.K	21:00~22:00 Jump to Burn Maaya		21:00~22:00 Basic ♪ Yuina	21:00~22:00 Stretch&Conditioning ♪ Yuina		
18:00									
19:30									
21:00									

	9月9日(月)	9月10日(火)	9月11日(水)	9月12日(木)	9月13日(金)	9月14日(土)	9月15日(日)	
10:30	close	10:30~11:30 Shape up Waist Maaya	10:30~11:30 Waist ♪ aika.K		10:30~11:30 Basic ♪ Yuina	10:30~11:30 Back&Arm ♪ Yuina	10:30~11:30 Basic ♪ Yuina	
12:00		12:30~13:30 Jump to Burn Maaya	12:30~13:30 Shape up Waist Maaya		12:30~13:30 Pilates Workout Maaya	12:00~13:00 Basic ♪ Yuina	12:00~13:00 Pilates Workout asuka	
13:30		18:00~19:00 Hip&Leg ♪ aika.K	18:00~19:00 Waist ♪ Yuina		18:00~19:00 Hip&Leg ♪ Maaya	18:00~19:00 Pilates Barre asuka	13:30~14:30 Hip&Leg ♪ asuka	13:30~14:30 Waist ♪ Yuina
15:00		19:30~20:30 Stretch&Conditioning ♪ Yuina	19:30~20:30 Back&Arm ♪ Yuina		19:30~20:30 Basic ♪ aika.K	19:30~20:30 Style up pilates asuka	15:00~16:00 Shape up Waist Maaya	15:00~16:00 Style up pilates asuka
17:00		21:00~22:00 Waist ♪ aika.K	21:00~22:00 Basic ♪ Mana.H		21:00~22:00 Jump to Burn Maaya	21:00~22:00 Waist ♪ Yuina	17:30~18:30 Jump to Burn Maaya	
18:00								
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 松戸店 Lesson Schedule

2024/9/16~2024/9/31

	9月16日(月)	9月17日(火)	9月18日(水)	9月19日(木)	9月20日(金)	9月21日(土)	9月22日(日)	9月23日(月)
10:30	close	10:30~11:30 Back&Arm 📌 Yuina	10:30~11:30 Basic 📌 Yuina		10:30~11:30 Stretch&Conditioning 📌 Yuina	10:30~11:30 Basic 📌 aika.K	10:30~11:30 Back&Arm 📌 Yuina	close
12:00		12:30~13:30 Basic 📌 aika.K	12:30~13:30 Pilates Barre Maaya		12:30~13:30 Shape up Waist Maaya	12:00~13:00 Style up pilates asuka	12:00~13:00 Waist 📌 aika.K	
13:30						13:30~14:30 Shape up Waist Maaya	13:30~14:30 Hip&Leg 📌 aika.K	
15:00						15:00~16:00 Back&Arm 📌 Yuina	15:00~16:00 Basic 📌 Yuina	
17:00						17:30~18:30 Hip&Leg 📌 Maaya		
18:00		18:00~19:00 Waist 📌 aika.K	18:00~19:00 Hip&Leg 📌 aika.K	18:00~19:00 Back&Arm 📌 asuka	18:00~19:00 Basic 📌 aika.K			
19:30		19:30~20:30 Pilates Barre asuka	19:30~20:30 Release&Strength asuka	19:30~20:30 Pilates Workout asuka	19:30~20:30 Jump to Burn asuka			
21:00		21:00~22:00 Style up pilates asuka	21:00~22:00 Basic 📌 aika.K	21:00~22:00 Waist 📌 Mana.H	21:00~22:00 Hip&Leg 📌 aika.K			

	9月24日(火)	9月25日(水)	9月26日(木)	9月27日(金)	9月28日(土)	9月29日(日)	9月30日(月)
10:30	10:30~11:30 Hip&Leg 📌 aika.K	10:30~11:30 Shape up Waist Maaya		10:30~11:30 Pilates Barre Maaya	10:30~11:30 Release&Strength asuka	10:30~11:30 Shape up Waist Maaya	close
12:00	12:30~13:30 Pilates Barre asuka	12:30~13:30 Basic 📌 aika.K		12:30~13:30 Back&Arm 📌 Yuina	12:00~13:00 Back&Arm 📌 Yuina	12:00~13:00 Hip&Leg 📌 aika.K	
13:30					13:30~14:30 Style up pilates asuka	13:30~14:30 Basic 📌 Yuina	
15:00					15:00~16:00 Basic 📌 aika.K	15:00~16:00 Style up pilates asuka	
17:00					17:30~18:30 Shape up Waist Maaya		
18:00	18:00~19:00 Back&Arm 📌 Maaya	18:00~19:00 Waist 📌 Yuina	18:00~19:00 Basic 📌 aika.K	18:00~19:00 Waist 📌 Mayu.K			
19:30	19:30~20:30 Basic 📌 Yuina	19:30~20:30 Stretch&Conditioning 📌 Yuina	19:30~20:30 Hip&Leg 📌 aika.K	19:30~20:30 Basic 📌 Mayu.K			
21:00	21:00~22:00 Shape up Waist Maaya	21:00~22:00 Pilates Workout asuka	21:00~22:00 Style up pilates asuka	21:00~22:00 Jump to Burn 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)