



pilates

# pilates K 津田沼ビート店 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 Back&Arm ♪ una	close	10:30~11:30 Waist ♪ Haruka.M	10:30~11:30 Hip&Leg ♪ Rinako.M		10:30~11:30 Style up pilates runa	10:30~11:30 Body Balance una	10:30~11:30 Hip&Leg ♪ minori.T									
12:00	12:00~13:00 Basic ♪ Haruka.M		12:00~13:00 Basic ♪ aina.K	12:30~13:30 Waist ♪ aina.K		12:00~13:00 Basic ♪ Rinako.M	12:00~13:00 Back&Arm ♪ Haruka.M	12:00~13:00 Back&Arm ♪ Haruka.M	12:00~13:00 Release&Strength runa								
13:30	13:30~14:30 Advance una		13:30~14:30 Jump to Burn Haruka.M				13:30~14:30 Pilates Cardio runa	13:30~14:30 Pilates Barre una	13:30~14:30 Basic ♪ minori.T								
15:00	15:00~16:00 Waist ♪ Haruka.M									15:00~16:00 Basic ♪ Haruka.M	15:00~16:00 Pilates Cardio runa						
17:00														17:30~18:30 Hip&Leg ♪ Kaori			
18:00														18:00~19:00 Stretch&Conditioning ♪ una	18:00~19:00 Waist ♪ Haruka.M	18:00~19:00 Basic ♪ minori.T	18:00~19:00 Hip&Leg ♪ minori.T
19:30														19:30~20:30 Hip&Leg ♪ minori.T	19:30~20:30 Basic ♪ minori.T	19:30~20:30 Jump to Burn Haruka.M	19:30~20:30 Waist ♪ Haruka.M
21:00														21:00~22:00 Pilates Workout una	21:00~22:00 Back&Arm ♪ Haruka.M	21:00~22:00 Waist ♪ Haruka.M	21:00~22:00 Basic ♪ minori.T

	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 Body Balance una	10:30~11:30 Hip&Leg ♪ minori.T		10:30~11:30 Basic ♪ minori.T	10:30~11:30 Pilates Workout una	10:30~11:30 Waist ♪ aina.K						
12:00		12:00~13:00 Basic ♪ minori.T	12:30~13:30 Pilates Workout una		12:00~13:00 Advance una	12:00~13:00 Basic ♪ minori.T	12:00~13:00 Jump to Burn Haruka.M						
13:30		13:30~14:30 Advance una					13:30~14:30 Hip&Leg ♪ minori.T	13:30~14:30 Back&Arm ♪ Kaori	13:30~14:30 Basic ♪ aina.K				
15:00										15:00~16:00 Hip&Leg ♪ minori.T	15:00~16:00 Back&Arm ♪ Haruka.M		
17:00										17:30~18:30 Jump to Burn Kaori			
18:00										18:00~19:00 Waist ♪ Haruka.M	18:00~19:00 Back&Arm ♪ Haruka.M	18:00~19:00 Style up pilates runa	18:00~19:00 Release&Strength runa
19:30										19:30~20:30 Hip&Leg ♪ minori.T	19:30~20:30 Basic ♪ Rinako.M	19:30~20:30 Back&Arm ♪ Haruka.M	19:30~20:30 Waist ♪ Haruka.M
21:00										21:00~22:00 Jump to Burn Haruka.M	21:00~22:00 Waist ♪ Haruka.M	21:00~22:00 Pilates Cardio runa	21:00~22:00 Pilates Barre 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 津田沼ビート店 Lesson Schedule

2024/9/16~2024/9/30

	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 Release&Strength runa	10:30~11:30 Hip&Leg Kaori	10:30~11:30 Pilates Workout Kaori	10:30~11:30 Hip&Leg minori.T	10:30~11:30 Advance una	10:30~11:30 Hip&Leg Rinako.M	close
12:00		12:00~13:00 Basic Rinako.M	12:30~13:30 Basic minori.T	12:00~13:00 Hip&Leg minori.T	12:00~13:00 Style up pilates runa	12:00~13:00 Basic minori.T	12:00~13:00 Back&Arm Haruka.M	
13:30		13:30~14:30 Pilates Cardio runa		13:30~14:30 Back&Arm Kaori	13:30~14:30 Basic minori.T	13:30~14:30 Waist Haruka.M	13:30~14:30 Basic Rinako.M	
15:00						15:00~16:00 Style up pilates runa	15:00~16:00 Jump to Burn Haruka.M	
17:00						17:30~18:30 Hip&Leg minori.T		
18:00		18:00~19:00 Hip&Leg minori.T	18:00~19:00 Waist Haruka.M	18:00~19:00 Back&Arm Haruka.M	18:00~19:00 Body Balance una			
19:30		19:30~20:30 Back&Arm Haruka.M	19:30~20:30 Body Balance una	19:30~20:30 Basic minori.T	19:30~20:30 Jump to Burn Haruka.M			
21:00		21:00~22:00 Basic minori.T	21:00~22:00 Jump to Burn Haruka.M	21:00~22:00 Waist Haruka.M	21:00~22:00 Stretch&Conditioning una			

	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 Pilates Barre una	10:30~11:30 Waist Haruka.M	10:30~11:30 Basic minori.T	10:30~11:30 Basic minori.T	10:30~11:30 Hip&Leg minori.T	10:30~11:30 Style up pilates runa	close
12:00	12:00~13:00 Basic minori.T	12:30~13:30 Hip&Leg minori.T	12:00~13:00 Hip&Leg Rinako.M	12:00~13:00 Stretch&Conditioning mayuki.T	12:00~13:00 Pilates Barre runa	12:00~13:00 Hip&Leg minori.T	
13:30	13:30~14:30 Body Balance una		13:30~14:30 Basic minori.T	13:30~14:30 Hip&Leg minori.T	13:30~14:30 Waist Haruka.M	13:30~14:30 Back&Arm Haruka.M	
15:00					15:00~16:00 Basic minori.T	15:00~16:00 Basic 未確定	
17:00					17:30~18:30 Style up pilates runa		
18:00	18:00~19:00 Pilates Cardio runa	18:00~19:00 Release&Strength runa	18:00~19:00 Pilates Barre runa	18:00~19:00 Pilates Workout Kaori			
19:30	19:30~20:30 Waist Haruka.M	19:30~20:30 Back&Arm Haruka.M	19:30~20:30 Hip&Leg Rinako.M	19:30~20:30 Waist mayuki.T			
21:00	21:00~22:00 Release&Strength runa	21:00~22:00 Style up pilates runa	21:00~22:00 Pilates Cardio runa	21:00~22:00 Back&Arm Kaori			

👉: 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)