

pilates K 松戸店		【 06/01 ~ 06/08 】		スケジュール		2025/6/24 更新	
06/01	06/02	06/03	06/04	06/05	06/06	06/07	
日	月	火	水	木	金	土	日
10:30 ~ 11:30 Pilates Barre asuka		10:30 ~ 11:30 Back & Arm Yuina	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg maki.k		10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning Yuina	10:30 ~ 11:30 Basic mitsuki.o	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg mai.h
12:30 ~ 13:30 Basic mitsuki.o		12:00 ~ 13:00 Hip & Leg maki.k	12:30 ~ 13:30 Basic mai.h		12:00 ~ 13:00 Basic mai.h	12:00 ~ 13:00 Pilates Cardio Yuina	12:30 ~ 13:30 Back & Arm Yuina
14:30 ~ 15:30 Waist ayu.S		13:30 ~ 14:30 Back & Spine Yuina			13:30 ~ 14:30 Shape up waist Yuina	13:30 ~ 14:30 Basic mitsuki.o	14:30 ~ 15:30 Basic mai.h
16:30 ~ 17:30 jump to burn asuka						15:00 ~ 16:00 Back & Arm Yuina	16:30 ~ 17:30 Back & Spine Yuina
						17:30 ~ 18:30 Hip & Leg mai.h	
		18:00 ~ 19:00 Waist ayu.S	18:00 ~ 19:00 Basic ayu.S	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg maki.k	18:00 ~ 19:00 Basic mitsuki.o		
		19:30 ~ 20:30 Basic mitsuki.o	19:30 ~ 20:30 Advance asuka	19:30 ~ 20:30 Basic mitsuki.o	19:30 ~ 20:30 Waist ayu.S		
		21:00 ~ 22:00 Waist ayu.S	21:00 ~ 22:00 Release&Strength asuka	21:00 ~ 22:00 Waist ayu.S	21:00 ~ 22:00 Basic ayu.S		

pilates K 松戸店		【 06/09 ~ 06/16 】		スケジュール		2025/6/24 更新	
06/09	06/10	06/11	06/12	06/13	06/14	06/15	06/16
月	火	水	木	金	土	日	月
	10:30 ~ 11:30 Waist ayu.S	10:30 ~ 11:30 Basic mitsuki.o		10:30 ~ 11:30 Basic mai.h	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg maki.k	10:30 ~ 11:30 Shape up waist Yuina	
	12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning Yuina	12:30 ~ 13:30 Shape up waist Yuina		12:00 ~ 13:00 Advance asuka	12:00 ~ 13:00 Back & Spine Yuina	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg maki.k	
	13:30 ~ 14:30 Basic mitsuki.o			13:30 ~ 14:30 Back & Arm asuka	13:30 ~ 14:30 Waist ayu.S	14:30 ~ 15:30 Basic mai.h	
					15:00 ~ 16:00 Basic maki.k	16:30 ~ 17:30 Pilates Cardio Yuina	
					17:30 ~ 18:30 Back & Arm Yuina		
	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg maki.k	18:00 ~ 19:00 Pilates Workout asuka	18:00 ~ 19:00 Basic mitsuki.o	18:00 ~ 19:00 Waist Yuina			
	19:30 ~ 20:30 jump to burn asuka	19:30 ~ 20:30 Basic ayu.S	19:30 ~ 20:30 Release&Strength Akari	19:30 ~ 20:30 Back & Arm Yuina			
	21:00 ~ 22:00 Basic maki.k	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg mai.h	21:00 ~ 22:00 Pilates Workout Akari	21:00 ~ 22:00 Basic mitsuki.o			

🌱：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 K 松戸店		【 06/17 ~ 06/24 】		スケジュール		2025/6/24	更新
06/17	06/18	06/19	06/20	06/21	06/22	06/23	06/24
火	水	木	金	土	日	月	火
10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 mitsuki.o	10:30 ~ 11:30 Waist 🍃 asuka		10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 maki.k	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg 🍃 maki.k	10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio Rico.S		10:30 ~ 11:30 Release&Strength asuka
12:00 ~ 13:00 Waist 🍃 Rico.S	12:30 ~ 13:30 Basic 🍃 mitsuki.o		12:00 ~ 13:00 Hip & Leg 🍃 maki.k	12:00 ~ 13:00 Pilates Barre asuka	12:30 ~ 13:30 Basic 🍃 mitsuki		12:00 ~ 13:00 Waist 🍃 Rico.S
13:30 ~ 14:30 Pilates Barre Rico.S			13:30 ~ 14:30 Body Balance Rico.S	13:30 ~ 14:30 Basic 🍃 mitsuki.o	14:30 ~ 15:30 Basic 🍃 mitsuki		13:30 ~ 14:30 Basic 🍃 Rico.S
				15:00 ~ 16:00 Hip & Leg 🍃 maki.k	16:30 ~ 17:30 Stretch & Conditioning 🍃 Rico.S		
				17:30 ~ 18:30 Pilates Workout asuka			
18:00 ~ 19:00 Advance asuka	18:00 ~ 19:00 Body Balance Rico.S	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg 🍃 maki.k	18:00 ~ 19:00 Basic 🍃 mitsuki.o				18:00 ~ 19:00 Basic 🍃 mitsuki.o
19:30 ~ 20:30 Basic 🍃 maki.k	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg 🍃 maki.k	19:30 ~ 20:30 Basic 🍃 mitsuki.o	19:30 ~ 20:30 Waist 🍃 asuka				19:30 ~ 20:30 Advance asuka
21:00 ~ 22:00 Back & Arm 🍃 asuka	21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning 🍃 Rico.S	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg 🍃 maki.k	21:00 ~ 22:00 Basic 🍃 mitsuki.o				21:00 ~ 22:00 Basic 🍃 mitsuki.o

pilates K 松戸店		【 06/25 ~ 06/30 】		スケジュール		2025/6/24	更新
06/25	06/26	06/27	06/28	06/29	06/30		
水	木	金	土	日	月		
10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio Rico.S		10:30 ~ 11:30 Waist 🍃 Rico.S	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre Mana.H	10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 maki.k			
12:30 ~ 13:30 Body Balance Rico.S		12:00 ~ 13:00 Basic 🍃 mitsuki.o	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg 🍃 maki.k	12:30 ~ 13:30 Body Balance Rico.S			
		13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning 🍃 Rico.S	13:30 ~ 14:30 Waist 🍃 Mana.H	14:30 ~ 15:30 Hip & Leg 🍃 maki.k			
			15:00 ~ 16:00 Basic 🍃 maki.k	16:30 ~ 17:30 Pilates Workout asuka			
			17:30 ~ 18:30 Shape up waist asuka				
18:00 ~ 19:00 Release&Strength asuka	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg 🍃 maki.k	18:00 ~ 19:00 jump to burn asuka					
19:30 ~ 20:30 Hip & Leg 🍃 maki.k	19:30 ~ 20:30 Basic 🍃 mitsuki.o	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg 🍃 maki.k					
21:00 ~ 22:00 Advance asuka	21:00 ~ 22:00 Pilates Barre Rico.S	21:00 ~ 22:00 Basic 🍃 maki.k					

🍃：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。