

pilates K 津田沼ビート店

【 09/01 ~ 09/08 】 スケジュール

2025/08/16

更新

| 09/01 | 09/02                                         | 09/03                                      | 09/04                                         | 09/05                                 | 09/06                                           | 09/07                                     | 09/08                                     |
|-------|-----------------------------------------------|--------------------------------------------|-----------------------------------------------|---------------------------------------|-------------------------------------------------|-------------------------------------------|-------------------------------------------|
| 月     | 火                                             | 水                                          | 木                                             | 金                                     | 土                                               | 日                                         | 月                                         |
| close | 10:30 ~ 11:30<br>Pilates Barre<br>minori.T    | 10:30 ~ 11:30<br>Basic<br>Maki.H           | 10:30 ~ 11:30<br>Release&Strength<br>minori.T | 10:30 ~ 11:30<br>Jump to burn<br>runa | 10:30 ~ 11:30<br>Hip & Leg<br>未確定               | 10:30 ~ 11:30<br>Basic<br>Maki.H          | 10:30 ~ 11:30<br>Back & Arm<br>Maki.H     |
|       | 12:00 ~ 13:00<br>Release&Strength<br>minori.T | 12:30 ~ 13:30<br>Back & Spine<br>minori.T  | 12:00 ~ 13:00<br>Back & Arm<br>Maki.H         | 12:00 ~ 13:00<br>Hip & Leg<br>未確定     | 12:00 ~ 13:00<br>Back & Spine<br>minori.T       | 12:30 ~ 13:30<br>Power up Control<br>runa | 12:30 ~ 13:30<br>Leg Lines<br>Miho.N      |
|       | 13:30 ~ 14:30<br>Basic<br>Maki.H              |                                            | 13:30 ~ 14:30<br>Pilates Barre<br>minori.T    | 13:30 ~ 14:30<br>Advance<br>runa      | 13:30 ~ 14:30<br>Stretch & Conditioning<br>runa | 14:30 ~ 15:30<br>Back & Arm<br>Maki.H     |                                           |
|       |                                               |                                            |                                               |                                       | 15:00 ~ 16:00<br>Pilates Workout<br>minori.T    | 16:30 ~ 17:30<br>Advance<br>runa          |                                           |
|       |                                               |                                            |                                               |                                       | 16:30 ~ 17:30<br>Hip & Leg<br>未確定               |                                           |                                           |
|       |                                               |                                            |                                               |                                       | 18:00 ~ 19:00<br>Pilates Cardio<br>runa         |                                           |                                           |
|       | 18:00 ~ 19:00<br>Back & Arm<br>Maki.H         | 18:00 ~ 19:00<br>Pilates Barre<br>minori.T | 18:00 ~ 19:00<br>Pilates Workout<br>minori.T  | 18:00 ~ 19:00<br>Basic<br>Maki.H      |                                                 |                                           | 18:00 ~ 19:00<br>Basic<br>Maki.H          |
|       | 19:30 ~ 20:30<br>Leg Lines<br>Miho.N          | 19:30 ~ 20:30<br>Shape up waist<br>Miho.N  | 19:30 ~ 20:30<br>Basic<br>Maki.H              | 19:30 ~ 20:30<br>Hip & Leg<br>未確定     |                                                 |                                           | 19:30 ~ 20:30<br>Shape up waist<br>Miho.N |
|       | 21:00 ~ 22:00<br>Waist<br>Miho.N              | 21:00 ~ 22:00<br>Back & Arm<br>Miho.N      | 21:00 ~ 22:00<br>Hip & Leg<br>未確定             | 21:00 ~ 22:00<br>Back & Arm<br>Maki.H |                                                 |                                           | 21:00 ~ 22:00<br>Hip & Leg<br>未確定         |

pilates K 津田沼ビート店

【 09/09 ~ 09/16 】 スケジュール

2025/08/16

更新

| 09/09                                     | 09/10                                               | 09/11                                         | 09/12                                      | 09/13                                           | 09/14                                         | 09/15                                      | 09/16                                               |
|-------------------------------------------|-----------------------------------------------------|-----------------------------------------------|--------------------------------------------|-------------------------------------------------|-----------------------------------------------|--------------------------------------------|-----------------------------------------------------|
| 火                                         | 水                                                   | 木                                             | 金                                          | 土                                               | 日                                             | 月                                          | 火                                                   |
| 10:30 ~ 11:30<br>Advance<br>runa          | 10:30 ~ 11:30<br>Pilates Workout<br>minori.T        | 10:30 ~ 11:30<br>Back & Arm<br>Maki.H         | 10:30 ~ 11:30<br>Basic<br>Maki.H           | 10:30 ~ 11:30<br>Miho.N                         | 10:30 ~ 11:30<br>Basic<br>Maki.H              | 10:30 ~ 11:30<br>Pilates Barre<br>minori.T | 10:30 ~ 11:30<br>Back & Spine<br>minori.T           |
| 12:00 ~ 13:00<br>Basic<br>Maki.H          | 12:30 ~ 13:30<br>Back & Arm<br>Miho.N               | 12:00 ~ 13:00<br>Back & Spine<br>minori.T     | 12:00 ~ 13:00<br>Pilates Barre<br>minori.T | 12:00 ~ 13:00<br>Stretch & Conditioning<br>runa | 12:30 ~ 13:30<br>Pilates Workout<br>minori.T  | 12:00 ~ 13:00<br>Basic<br>Maki.H           | 12:00 ~ 13:00<br>Release&Strength<br>runa           |
| 13:30 ~ 14:30<br>Pilates Cardio<br>runa   |                                                     | 13:30 ~ 14:30<br>Basic<br>Maki.H              | 13:30 ~ 14:30<br>Back & Arm<br>Maki.H      | 13:30 ~ 14:30<br>Basic<br>Miho.N                | 14:30 ~ 15:30<br>Back & Arm<br>Maki.H         | 13:30 ~ 14:30<br>Hip & Leg<br>Kaori        | 13:30 ~ 14:30<br>Pilates Cardio<br>runa             |
|                                           |                                                     |                                               |                                            | 15:00 ~ 16:00<br>Power up Control<br>runa       | 16:30 ~ 17:30<br>Release&Strength<br>minori.T | 15:00 ~ 16:00<br>Jump to burn<br>Kaori     |                                                     |
|                                           |                                                     |                                               |                                            | 16:30 ~ 17:30<br>Hip & Leg<br>Kaori             |                                               | 16:30 ~ 17:30<br>Waist<br>Maki.H           |                                                     |
|                                           |                                                     |                                               |                                            | 18:00 ~ 19:00<br>Jump to burn<br>Kaori          |                                               | 18:00 ~ 19:00<br>Back & Spine<br>minori.T  |                                                     |
| 18:00 ~ 19:00<br>Hip & Leg<br>未確定         | 18:00 ~ 19:00<br>Stretch & Conditioning<br>minori.T | 18:00 ~ 19:00<br>Pilates Barre<br>minori.T    | 18:00 ~ 19:00<br>Hip & Leg<br>未確定          |                                                 |                                               |                                            | 18:00 ~ 19:00<br>Hip & Leg<br>未確定                   |
| 19:30 ~ 20:30<br>Back & Spine<br>minori.T | 19:30 ~ 20:30<br>Hip & Leg<br>未確定                   | 19:30 ~ 20:30<br>Release&Strength<br>minori.T | 19:30 ~ 20:30<br>Shape up waist<br>Miho.N  |                                                 |                                               |                                            | 19:30 ~ 20:30<br>Pilates Workout<br>minori.T        |
| 21:00 ~ 22:00<br>Waist<br>Miho.N          | 21:00 ~ 22:00<br>Basic<br>Miho.N                    | 21:00 ~ 22:00<br>Hip & Leg<br>未確定             | 21:00 ~ 22:00<br>Leg Lines<br>Miho.N       |                                                 |                                               |                                            | 21:00 ~ 22:00<br>Stretch & Conditioning<br>minori.T |

👉：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週間前迄にお願いしております。

・レッスン開始時刻1時間前を切つての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 津田沼ビート店

【 09/17 ~ 09/24 】 スケジュール

2025/08/16 更新

| 09/17          | 09/18          | 09/19            | 09/20            | 09/21         | 09/22            | 09/23                  | 09/24          |
|----------------|----------------|------------------|------------------|---------------|------------------|------------------------|----------------|
| 水              | 木              | 金                | 土                | 日             | 月                | 火                      | 水              |
| 10:30 ~ 11:30  | 10:30 ~ 11:30  | 10:30 ~ 11:30    | 10:30 ~ 11:30    | 10:30 ~ 11:30 | 10:30 ~ 11:30    | 10:30 ~ 11:30          | 10:30 ~ 11:30  |
| Wais           | Back & Arm     | Basic            | Advance          | Hip & Leg     | jump to burn     | Stretch & Conditioning | Pilates Barre  |
| Miho.N         | Maki.H         | Maki.H           | runa             | 未確定           | runa             | minori.T               | runa           |
| 12:30 ~ 13:30  | 12:00 ~ 13:00  | 12:00 ~ 13:00    | 12:00 ~ 13:00    | 12:30 ~ 13:30 | 12:30 ~ 13:30    | 12:00 ~ 13:00          | 12:30 ~ 13:30  |
| Pilates Cardio | Body Balance   | Back & Spine     | Waist            | Body Balance  | Release&Strength | Hip & Leg              | Body Balance   |
| runa           | minori.T       | minori.T         | Miho.N           | minori.T      | minori.T         | 未確定                    | minori.T       |
|                | 13:30 ~ 14:30  | 13:30 ~ 14:30    | 13:30 ~ 14:30    | 14:30 ~ 15:30 |                  | 13:30 ~ 14:30          |                |
|                | Basic          | Waist            | jump to burn     | Hip & Leg     |                  | Waist                  |                |
|                | Maki.H         | Maki.H           | Kaori            | 未確定           |                  | Miho.N                 |                |
|                |                |                  | 15:00 ~ 16:00    | 16:30 ~ 17:30 |                  | 15:00 ~ 16:00          |                |
|                |                |                  | Hip & Leg        | Pilates Barre |                  | Pilates Workout        |                |
|                |                |                  | Kaori            | minori.T      |                  | minori.T               |                |
|                |                |                  | 16:30 ~ 17:30    |               |                  | 16:30 ~ 17:30          |                |
|                |                |                  | Basic            |               |                  | Hip & Leg              |                |
|                |                |                  | Miho.N           |               |                  | 未確定                    |                |
|                |                |                  | 18:00 ~ 19:00    |               |                  | 18:00 ~ 19:00          |                |
|                |                |                  | Release&Strength |               |                  | Shape up waist         |                |
|                |                |                  | runa             |               |                  | Miho.N                 |                |
| 18:00 ~ 19:00  | 18:00 ~ 19:00  | 18:00 ~ 19:00    |                  |               | 18:00 ~ 19:00    |                        | 18:00 ~ 19:00  |
| Basic          | Pilates Cardio | Power up Control |                  |               | Body Balance     |                        | Shape up waist |
| Maki.H         | runa           | runa             |                  |               | minori.T         |                        | Miho.N         |
| 19:30 ~ 20:30  | 19:30 ~ 20:30  | 19:30 ~ 20:30    |                  |               | 19:30 ~ 20:30    |                        | 19:30 ~ 20:30  |
| Back & Arm     | Hip & Leg      | Leg Lines        |                  |               | Pilates Barre    |                        | Basic          |
| Maki.H         | 未確定            | Miho.N           |                  |               | runa             |                        | Maki.H         |
| 21:00 ~ 22:00  | 21:00 ~ 22:00  | 21:00 ~ 22:00    |                  |               | 21:00 ~ 22:00    |                        | 21:00 ~ 22:00  |
| Hip & Leg      | Advance        | jump to burn     |                  |               | Hip & Leg        |                        | Waist          |
| 未確定            | runa           | runa             |                  |               | 未確定              |                        | Miho.N         |

pilates K 津田沼ビート店

【 09/25 ~ 09/30 】 スケジュール

2025/08/16 更新

| 09/25            | 09/26         | 09/27          | 09/28          | 09/29         | 09/30            |
|------------------|---------------|----------------|----------------|---------------|------------------|
| 木                | 金             | 土              | 日              | 月             | 火                |
| 10:30 ~ 11:30    | 10:30 ~ 11:30 | 10:30 ~ 11:30  | 10:30 ~ 11:30  | 10:30 ~ 11:30 | 10:30 ~ 11:30    |
| Basic            | Back & Spine  | Waist          | Hip & Leg      | Wais          | Body Balance     |
| Maki.H           | minori.T      | Maki.H         | 未確定            | Miho.N        | minori.T         |
| 12:00 ~ 13:00    | 12:00 ~ 13:00 | 12:00 ~ 13:00  | 12:30 ~ 13:30  | 12:30 ~ 13:30 | 12:00 ~ 13:00    |
| Advance          | Waist         | Hip & Leg      | jump to burn   | Back & Spine  | Basic            |
| runa             | Maki.H        | 未確定            | runa           | minori.T      | Miho.N           |
| 13:30 ~ 14:30    | 13:30 ~ 14:30 | 13:30 ~ 14:30  | 14:30 ~ 15:30  |               | 13:30 ~ 14:30    |
| Wais             | Body Balance  | Shape up waist | Hip & Leg      |               | Pilates Barre    |
| Maki.H           | minori.T      | Miho.N         | 未確定            |               | minori.T         |
|                  |               | 15:00 ~ 16:00  | 16:30 ~ 17:30  |               |                  |
|                  |               | Hip & Leg      | Pilates Cardio |               |                  |
|                  |               | 未確定            | runa           |               |                  |
|                  |               | 16:30 ~ 17:30  |                |               |                  |
|                  |               | Basic          |                |               |                  |
|                  |               | Maki.H         |                |               |                  |
|                  |               | 18:00 ~ 19:00  |                |               |                  |
|                  |               | Leg Lines      |                |               |                  |
|                  |               | Miho.N         |                |               |                  |
| 18:00 ~ 19:00    | 18:00 ~ 19:00 |                |                | 18:00 ~ 19:00 | 18:00 ~ 19:00    |
| Leg Lines        | Back & Arm    |                |                | Hip & Leg     | Power up Control |
| Miho.N           | Miho.N        |                |                | 未確定           | runa             |
| 19:30 ~ 20:30    | 19:30 ~ 20:30 |                |                | 19:30 ~ 20:30 | 19:30 ~ 20:30    |
| Power up Control | Advance       |                |                | Basic         | Wais             |
| runa             | runa          |                |                | Maki.H        | Miho.N           |
| 21:00 ~ 22:00    | 21:00 ~ 22:00 |                |                | 21:00 ~ 22:00 | 21:00 ~ 22:00    |
| Back & Arm       | Leg Lines     |                |                | Wais          | Release&Strength |
| Miho.N           | Miho.N        |                |                | Maki.H        | 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。