

pilates K 津田沼ﾍﾞｰﾄﾞ店

【 11/01 ～ 11/08 】 スケジュール

2025/10/11

更新

11/01	11/02	11/03	11/04	11/05	11/06	11/07	11/08
土	日	月	火	水	木	金	土
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
Body Balance	Back & Arm 🌿	Waist 🌿	Pilates Barre	Pilates Workout	Back & Spine	Basic 🌿	Release&Strength
minor.i.T	Maki.H	Non.Y	runa	minor.i.T	minor.i.T	Miho.N	runa
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00
Basic 🌿	Release&Strength	Pilates Cardio	Leg Lines	Waist 🌿	Hip & Leg 🌿	Waist 🌿	Basic 🌿
Maki.H	minor.i.T	runa	Miho.N	Non.Y	minor.i.T	Non.Y	Miho.N
13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	close	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30
Pilates Barre	Basic 🌿	Hip & Leg 🌿	Power up Control		Waist 🌿	Shape up waist	jump to burn
runa	Maki.H	Kaori	runa		Non.Y	Miho.N	Kaori
15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	15:00 ~ 16:00	close		close	close	15:00 ~ 16:00
Hip & Leg 🌿	Back & Spine	jump to burn					Hip & Leg 🌿
minor.i.T	minor.i.T	Kaori					Kaori
16:30 ~ 17:30	close	16:30 ~ 17:30					16:30 ~ 17:30
Back & Arm 🌿		Shape up waist					Pilates Workout
Maki.H		Miho.N					minor.i.T
18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00					18:00 ~ 19:00
Advance		Release&Strength					Back & Arm 🌿
runa		runa	Miho.N				
close	close	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close
			Back & Arm 🌿	Advance	Basic 🌿	Pilates Cardio	
			Maki.H	Miho.N	Maki.H	runa	
			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
			Waist 🌿	Basic 🌿	Release&Strength	Basic 🌿	
			Non.Y	Maki.H	minor.i.T	Maki.H	
			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
Basic 🌿	Shape up waist	Back & Arm 🌿	Stretch & Conditioning 🌿				
Maki.H	Miho.N	Maki.H	runa				

pilates K 津田沼ﾍﾞｰﾄﾞ店

【 11/09 ～ 11/16 】 スケジュール

2025/10/11

更新

11/09	11/10	11/11	11/12	11/13	11/14	11/15	11/16	
日	月	火	水	木	金	土	日	
10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
Waist 🌿		Shape up waist	Leg Lines	Advance	Back & Spine	Back & Arm 🌿	Leg Lines	
Non.Y		Miho.N	Miho.N	Miho.N	minor.i.T	Miho.N	Miho.N	
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	
Body Balance		Pilates Cardio	Waist 🌿	Basic 🌿	Back & Arm 🌿	Power up Control	Waist 🌿	
minor.i.T		runa	Non.Y	Miho.N	Maki.H	runa	Non.Y	
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	
Waist 🌿		Back & Arm 🌿		Waist 🌿	Stretch & Conditioning 🌿	Hip & Leg 🌿	Advance	
Non.Y		Miho.N		Non.Y	minor.i.T	Kaori	Miho.N	
16:30 ~ 17:30		close		close	close	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30
Pilates Barre							jump to burn	Waist 🌿
minor.i.T							Kaori	Non.Y
close							16:30 ~ 17:30	close
							Basic 🌿	
							Miho.N	
							18:00 ~ 19:00	
							Pilates Barre	
							runa	
18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	close		
Pilates Barre		Basic 🌿	Waist 🌿	Power up Control				
minor.i.T	Maki.H	Non.Y	runa					
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30					
Basic 🌿	Body Balance	Back & Arm 🌿	Waist 🌿					
Maki.H	minor.i.T	Maki.H	Non.Y					
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00					
Hip & Leg 🌿	jump to burn	Basic 🌿	Pilates Barre					
minor.i.T	runa	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 【 11/17 ~ 11/24 】 スケジュール

2025/10/11 更新

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

pilates K 津田沼ビート店 【 11/25 ~ 11/30 】 スケジュール

2025/10/11 更新

11/25	11/26	11/27	11/28	11/29	11/30
火	水	木	金	土	日
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Power up Control	Pilates Barre	Waist 🌱	Basic 🌱	Pilates Cardio	Basic 🌱
runa	runa	Non.Y	Maki.H	runa	Maki.H
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30
Back & Arm 🌱	Basic 🌱	Stretch & Conditioning 🌱	Back & Spine	Waist 🌱	Pilates Workout
Maki.H	Maki.H	minori.T	minori.T	Non.Y	minori.T
13:30 ~ 14:30	close	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30
Basic 🌱		Pilates Barre	Body Balance	Pilates Barre	Waist 🌱
runa		minori.T	minori.T	runa	Non.Y
close		close	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30
				Basic 🌱	Animal Stretch
				Miho.N	runa
				16:30 ~ 17:30	close
				Waist 🌱	
				Non.Y	
18:00 ~ 19:00					
Leg Lines					
Miho.N					
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	close
Body Balance	Advance	Basic 🌱	Leg Lines		
minori.T	Miho.N	runa	Miho.N		
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
Waist 🌱	Animal Stretch	Back & Spine	jump to burn		
Non.Y	runa	minori.T	Maki.H		
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		
Shape up waist	Back & Arm 🌱	Release&Strength	Advance		
Miho.N	Miho.N	runa	Miho.N		

🌱 : 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。