

pilatesK 千葉店		【 01/01 ~ 01/08 】 スケジュール						2025/12/12 更新
01/01	01/02	01/03	01/04	01/05	01/06	01/07	01/08	
木	金	土	日	月	火	水	木	
close	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	
		Reset Flow	jump to burn		Basic	Back & Arm		
		Mifuyu	Kurumi.u		Kurumi.u	syuri.i		
		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		
		Waist	Back & Arm		Hip & Leg	Basic		
		Kurumi.u	Mifuyu		syuri.i	Kurumi.u		
		13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		
		Release&Strength	Basic		Pilates Barre	Release&Strength		
		Mifuyu	Kurumi.u		Kurumi.u	syuri.i		
		15:00 ~ 16:00						
		Pilates Barre						
		Kurumi.u						
		16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30					
		Hip & Leg	Pilates Cardio					
		Mifuyu	Mifuyu					
		18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
		Basic			Reset Flow	Stretch & Conditioning	Leg Lines	
		Kurumi.u			Mifuyu	Kurumi.u	Hitomi.N	
					19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
					Hip & Leg	Pilates Barre	Waist	
					syuri.i	Kurumi.u	syuri.i	
					21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
					Body Balance	Shape up waist	Back & Spine	
					Mifuyu	Mifuyu	Hitomi.N	

pilatesK 千葉店		【 01/09 ~ 01/16 】 スケジュール						
01/09	01/10	01/11	01/12	01/13	01/14	01/15	01/16	
金	土	日	月	火	水	木	金	
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Body Balance	Waist	Hip & Leg		Basic	Stretch & Conditioning		Release&Strength	
Mifuyu	Kurumi.u	syuri.i		Kurumi.u	Mifuyu		syuri.i	
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00
Hip & Leg	Shape up waist	Pilates Barre		Shape up waist	Power up Control		Basic	
Hitomi.N	Hitomi.N	Kurumi.u		Mifuyu	Hitomi.N		Kurumi.u	
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30
Reset Flow	Basic	Release&Strength		Waist	Body Balance		Waist	
Mifuyu	Kurumi.u	syuri.i		Kurumi.u	Mifuyu		syuri.i	
close	15:00 ~ 16:00							
	Leg Lines							
	Hitomi.N							
	16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30						
	jump to burn	Basic						
	Kurumi.u	Kurumi.u						
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
Back & Arm	Back & Spine			Back & Arm	Release&Strength	Power up Control	Pilates Barre	
syuri.i	Hitomi.N			Hitomi.N	Mari.y	Hitomi.N	Moeka.Y	
19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
Basic				Pilates Cardio	Back & Spine	Back & Arm	Waist	
Kurumi.u				Mifuyu	Hitomi.N	syuri.i	Kurumi.u	
21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
Release&Strength				Leg Lines	Reset Flow	Hip & Leg	Pilates Cardio	
syuri.i				Hitomi.N	Mari.y	Hitomi.N	Moeka.Y	

🟢：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。

pilatesK 千葉店		【 01/17 ~ 01/24 】 スケジュール						2025/12/12 更新
01/17	01/18	01/19	01/20	01/21	01/22	01/23	01/24	
土	日	月	火	水	木	金	土	
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
Back & Arm 🌿	Body Balance		Back & Spine	Power up Control		Waist 🌿	Hip & Leg 🌿	
syuri.i	Mifuyu		Hitomi.N	Hitomi.N		syuri.i	syuri.i	
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	
Pilates Barre	Back & Spine		Pilates Cardio	Stretch & Conditioning 🌿		jump to burn	Back & Spine	
Kurumi.u	Hitomi.N		Mifuyu	syuri.i		Mifuyu	Hitomi.N	
13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	
Hip & Leg 🌿	Power up Control		Leg Lines	Hip & Leg 🌿		Back & Arm 🌿	Release&Strength	
syuri.i	Mifuyu		Mari.y	Mifuyu		syuri.i	syuri.i	
15:00 ~ 16:00			15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00			15:00 ~ 16:00	
Basic 🌿			Release&Strength	Waist 🌿			Shape up waist	
Kurumi.u			Mifuyu	syuri.i			Hitomi.N	
16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30		16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30			16:30 ~ 17:30	
Release&Strength	Leg Lines		Hip & Leg 🌿	Basic 🌿			Back & Arm 🌿	
syuri.i	Hitomi.N		Hitomi.N	Mifuyu			syuri.i	
18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
jump to burn			Reset Flow	Shape up waist	Back & Arm 🌿	Basic 🌿	Leg Lines	
Kurumi.u			Mari.y	Hitomi.N	Mitsuki.o	Mifuyu	Hitomi.N	
					19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
					Reset Flow	Power up Control		
					Mifuyu	Hitomi.N		
					21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		
					Body Balance	Hip & Leg 🌿		
					Mitsuki.o	Hitomi.N		

pilatesK 千葉店		【 01/25 ~ 01/31 】 スケジュール					
01/25	01/26	01/27	01/28	01/29	01/30	01/31	
日	月	火	水	木	金	土	
10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
Pilates Barre		Body Balance	Leg Lines		Back & Spine	Basic 🌿	
Moeka.Y		Mifuyu	Hitomi.N		Hitomi.N	Kurumi.u	
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	
Hip & Leg 🌿		Shape up waist	Pilates Cardio		Hip & Leg 🌿	jump to burn	
syuri.i		Hitomi.N	Mifuyu		syuri.i	Kurumi.u	
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	
Basic 🌿		Reset Flow	Back & Arm 🌿		Shape up waist	Reset Flow	
Moeka.Y		Mifuyu	Hitomi.N		Hitomi.N	Mifuyu	
						15:00 ~ 16:00	
						Leg Lines	
						Hitomi.N	
16:30 ~ 17:30						16:30 ~ 17:30	
Release&Strength						Pilates Barre	
syuri.i						Kurumi.u	
		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
		Waist 🌿	jump to burn	Hip & Leg 🌿	Waist 🌿	Shape up waist	
		syuri.i	Kurumi.u	syuri.i	syuri.i	Hitomi.N	
		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
		Power up Control	Hip & Leg 🌿	Basic 🌿	Pilates Cardio		
		Hitomi.N	syuri.i	Kurumi.u	Mifuyu		
		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		
		Back & Arm 🌿	Pilates Barre	Release&Strength	Back & Arm 🌿		
		syuri.i	Kurumi.u	syuri.i	Mifuyu		

🌿 : 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。