

【 03/01 ~ 03/08 】 スケジュール							
pilatesK 千葉店		2026/02/14 更新					
03/01	03/02	03/03	03/04	03/05	03/06	03/07	03/08
日	月	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
Basic		jump to burn	Waist		Body Balance	Shape up waist	jump to burn
Kurumi.u		yume.N	Kurumi.u		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	12:30 ~ 13:30
Power up Control		Release&Strength	jump to burn		Pre Basic	Basic	Release&Strength
Hitomi.N		syuri.i	yume.N		Hitomi.N	Kurumi.u	syuri.i
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30
Waist		Hip & Leg	Pilates Barre		Hip & Leg	Pilates Cardio	Basic
Kurumi.u		yume.N	Kurumi.u		yume.N	syuri.i	Kurumi.u
16:30 ~ 17:30	close	close	close	close	close	15:00 ~ 16:00	
Body Balance						Stretch & Conditioning	Kurumi.u
Hitomi.N						16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30
						Back & Arm	Waist
						Hitomi.N	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	
Pilates Cardio		Hip & Leg	Pilates Barre	jump to burn	Reset Flow		
syuri.i		yume.N	Kurumi.u	yume.N	syuri.i		
19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
Back & Arm		Body Balance	Reset Flow	Waist			
Hitomi.N		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	
Pre Basic		Back & Arm	jump to burn	Basic			
Hitomi.N		Hitomi.N	Kurumi.u	Kurumi.u			

【 03/09 ~ 03/16 】 スケジュール							
pilatesK 千葉店		2026/02/14 更新					
03/09	03/10	03/11	03/12	03/13	03/14	03/15	03/16
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	
Power up Control		Pilates Barre		Back & Arm	Hip & Leg	Reset Flow	
Hitomi.N		Kurumi.u		Hitomi.N	yume.N	syuri.i	
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00			12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	
Stretch & Conditioning		Pilates Cardio		Pilates Barre	Pre Basic	Hip & Leg	
syuri.i		syuri.i		yume.N	Hitomi.N	yume.N	
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	
Back & Arm		Basic		Body Balance	jump to burn	Release&Strength	
Hitomi.N		Kurumi.u		Hitomi.N	Kurumi.u	syuri.i	
close	close	close	close	close	close	close	close
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	
Waist		Back & Arm	Pre Basic	Power up Control	Body Balance		
syuri.i		syuri.i	Hitomi.N	Hitomi.N	Hitomi.N		
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
Hip & Leg		jump to burn	Shape up waist	Basic			
yume.N		yume.N	Hitomi.N	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		
Reset Flow		Hip & Leg	Pilates Barre	Waist			
syuri.i		yume.N	Kurumi.u	Kurumi.u			

⌚ : 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時間前まで切っ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。

【 03/17 ~ 03/24 】 スケジュール								2026/02/14	更新
03/17	03/18	03/19	03/20	03/21	03/22	03/23	03/24		
火 10:30 ~ 11:30	水 10:30 ~ 11:30	木 Basic 旎	金 Release&Strength	土 Pilates Cardio	日 Basic 旎	月 Shape up waist	火 Body Balance	10:30 ~ 11:30	
Kurumi.u	syuri.i			syuri.i	Kurumi.u	Hitomi.N	Hitomi.N		
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00			12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	
Shape up waist	Back & Arm 旎			Basic 旎	Hip & Leg 旎	Pilates Barre	Waist 旎		
Hitomi.N	Hitomi.N			yume.N	yume.N	Kurumi.u	Kurumi.u		
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	
Body Balance	Reset Flow			Hip & Leg 旎	Pilates Cardio	Pre Basic 旎	Power up Control		
Hitomi.N	syuri.i			syuri.i	syuri.i	Hitomi.N	Hitomi.N		
close		close		close		close		close	
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	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
Pilates Barre	Body Balance	Back & Arm 旎		Pilates Barre	Reset Flow		Back & Arm 旎		
Kurumi.u	Hitomi.N	MIRAI.T		yume.N	syuri.i		syuri.i		
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30		
Hip & Leg 旎	Basic 旎	Stretch & Conditioning 旎					Basic 旎		
yume.N	yume.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		
jump to burn	Power up Control	Waist 旎					Reset Flow		
yume.N	Hitomi.N	syuri.i					syuri.i		

【 03/25 ~ 03/31 】 スケジュール								03/31	
03/25	03/26	03/27	03/28	03/29	03/30	03/31			
水 10:30 ~ 11:30	木 Hip & Leg 旎	金 yume.N	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		
			Back & Arm 旎	Reset Flow	Basic 旎	Release&Strength			
			syuri.i	syuri.i	Suzu.i	syuri.i			
12:00 ~ 13:00	jump to burn	yume.N	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		
			Waist 旎	Body Balance	Back & Arm 旎	Pilates Barre			
			Kurumi.u	Hitomi.N	syuri.i	Kurumi.u			
13:30 ~ 14:30	Back & Arm 旎	syuri.i	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		
			Pilates Cardio	Hip & Leg 旎	Waist 旎	Reset Flow			
			syuri.i	yume.N	Suzu.i	syuri.i			
close		close		close		close		close	
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	18:00 ~ 19:00		
Pre Basic 旎	Waist 旎	Stretch & Conditioning 旎		Power up Control			jump to burn		
Hitomi.N	MIRAI.T	Kurumi.u		Hitomi.N			Kurumi.u		
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30		
Release&Strength	Pilates Barre	jump to burn					Body Balance		
syuri.i	yume.N	yume.N					Hitomi.N		
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00		
Shape up waist	Back & Arm 旎	Hip & Leg 旎					Power up Control		
Hitomi.N	MIRAI.T	yume.N					Hitomi.N		

旎 : 体験可レッスン
 - 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。