

## スケジュール

更

close

## スケジュール

03/16

close

- ・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。

- ※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。

※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		【 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	水	木	金	土	日	月	火				
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30				
Basic 🌱	Release&Strength		Pilates Cardio	Basic 🌱	Shape up waist		Body Balance				
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				
Shape up waist	Back & Arm 🌱		Basic 🌱	Hip & Leg 🌱	Pilates Barre		Waist 🌱				
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				
Body Balance	Reset Flow		Hip & Leg 🌱	Pilates Cardio	Pre Basic 🌱		Power up Control				
Hitomi.N	syuri.i		syuri.i	syuri.i	Hitomi.N		Hitomi.N				
close	close		15:00 ~ 16:00	16:00 ~ 16:00			close				
			jump to burn	Stretch & Conditioning 🌱							
			yume.N	Kurumi.u							
			16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30						
			Release&Strength	jump to burn	Waist 🌱						
			syuri.i	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		
Pilates Barre	Body Balance		Back & Arm 🌱	Pilates Barre	Reset Flow				Back & Arm 🌱		
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		
Hip & Leg 🌱	Basic 🌱	Stretch & Conditioning 🌱					Basic 🌱				
yume.N	yume.N	syuri.i					Kurumi.u				
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00					21:00 ~ 22:00				
jump to burn	Power up Control	Waist 🌱					Reset Flow				
yume.N	Hitomi.N	syuri.i					syuri.i				

pilatesK 千葉店		【 03/25 ~ 03/31 】 スケジュール				
03/25	03/26	03/27	03/28	03/29	03/30	03/31
水	木	金	土	日	月	火
10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30
Hip & Leg 🌱		Back & Arm 🌱	Reset Flow	Basic 🌱		Release&Strength
yume.N		syuri.i	syuri.i	Suzu.i		syuri.i
12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00
jump to burn		Waist 🌱	Body Balance	Back & Arm 🌱		Pilates Barre
yume.N		Kurumi.u	Hitomi.N	syuri.i		Kurumi.u
13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30
Back & Arm 🌱		Pilates Cardio	Hip & Leg 🌱	Waist 🌱		Reset Flow
syuri.i		syuri.i	yume.N	Suzu.i		syuri.i
close		close	close	15:00 ~ 16:00		
	Back & Arm 🌱					
	syuri.i					
	16:30 ~ 17:30			16:30 ~ 17:30		
	Basic 🌱			Reset Flow		
	yume.N			syuri.i		
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	
Pre Basic 🌱	Waist 🌱	Stretch & Conditioning 🌱	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	
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	
Shape up waist	Back & Arm 🌱	Hip & Leg 🌱			Power up Control	
Hitomi.N	MIRAI.T	yume.N			Hitomi.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時間前を切った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。