

スケジュール

100

close

スケジュール

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。

・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。

- ・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週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。

pilatesK 津田沼ヒート店		【 03/17 ~ 03/24 】 スケジュール						2026/02/12	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	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		
Pilates Barre	Hip & Leg 🌱	Animal Stretch	Back & Arm 🌱	jump to burn	Waist 🌱	Back & Spine	Power up Control		
minori.T	runa	runa	Miho.N	Maki.H	Satomi.K	minori.T	runa		
12:00 ~ 13:00	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		
Waist 🌱	Basic 🌱	Pilates Barre	Hip & Leg 🌱	Basic 🌱	Pilates Workout	Hip & Leg 🌱	Release&Strength		
Satomi.K	Satomi.K	Maki.H	runa	Miho.N	minori.T	runa	Satomi.K		
13:30 ~ 14:30	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		
Hip Punch	Power up Control	Stretch & Conditioning 🌱	Basic 🌱	Hip & Leg 🌱	Basic 🌱	Body Balance	Pilates Barre		
minori.T	runa	runa	Maki.H	runa	Satomi.K	minori.T	runa		
close	close	close	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	close	close	close	close
			Shape up waist	Waist 🌱	Hip Punch				
			Miho.N	Maki.H	minori.T				
			16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30					
			Animal Stretch	Release&Strength					
			runa	Miho.N					
			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00					
			Pilates Barre	Power up Control					
			Maki.H	runa					
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		
Back & Spine	Back & Arm 🌱	Hip Punch				Pilates Barre	jump to burn		
NOERU.s	Miho.N	minori.T				Maki.H	Satomi.K		
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
Back & Arm 🌱	Pilates Workout	Waist 🌱				Animal Stretch	Basic 🌱		
Miho.N	minori.T	Maki.H				runa	Miho.N		
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		
Hip & Leg 🌱	Waist 🌱	Body Balance				Basic 🌱	Waist 🌱		
NOERU.s	Miho.N	minori.T				Maki.H	Satomi.K		

pilatesK 津田沼ヒート店		【 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		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	
jump to burn		Basic 🌱		Pilates Barre		Basic 🌱		Power up Control		Pilates Barre		Release&Strength	
Maki.H		Maki.H		Maki.H		Satomi.K		runa		Maki.H		Satomi.K	
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	
Waist 🌱		Back & Spine		Stretch & Conditioning 🌱		Waist 🌱		jump to burn		Hip Punch		Hip & Leg 🌱	
runa		minori.T		runa		Miho.N		Kaori		minori.T		minori.T	
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	
Basic 🌱		Back & Arm 🌱		Waist 🌱		jump to burn		Hip & Leg 🌱		Basic 🌱		Waist 🌱	
Maki.H		Maki.H		Maki.H		Kaori		Kaori		Maki.H		Maki.H	
close	close	close	15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30		close	close					
			Hip & Leg 🌱		Release&Strength								
			Kaori		Miho.N								
			16:30 ~ 17:30										
			Back & Arm 🌱										
			Satomi.K										
			18:00 ~ 19:00										
			Shape up waist										
18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00			
Release&Strength		Shape up waist		Back & Arm 🌱		close		Animal Stretch		Pilates Workout			
Miho.N		Miho.N		Satomi.K				runa		minori.T			
19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		close		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30			
Back & Spine		Body Balance		Hip Punch				Waist 🌱		Stretch & Conditioning 🌱			
minori.T		minori.T		minori.T				Satomi.K		runa			
21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00			
Back & Arm 🌱		Release&Strength		Basic 🌱				Hip & Leg 🌱		Back & Arm 🌱			
Satomi.K		Miho.N		Satomi.K				runa		Maki.H			

🌱 : 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。