

pilatesK 松戸店

【 04/01 ~ 04/08 】 スケジュール

2026/03/11 更新

04/01	04/02	04/03	04/04	04/05	04/06	04/07	04/08	
水	木	金	土	日	月	火	水	
10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
Pre Basic		Waist	Basic	Hip & Leg		Waist	Hip & Leg	
Rico.S		Hina.E	Hina.E	mai.h		Hina.E	mai.h	
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	
Back & Arm		Basic	Back & Arm	Basic		jump to burn	Basic	
Hina.N		Hina.N	Hina.N	Hina.E		Hina.N	Hina.E	
close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close	
		Back & Arm	Basic	Body Balance		Basic		
		Hina.N	Hina.E	mai.h		Hina.E		
		15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	close		close		
jump to burn	Waist							
Hina.N	Hina.E							
17:30 ~ 18:30	close	close	close	close				
Waist								
Hina.N								
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		
Waist	Basic	Pilates Cardio			Pre Basic	Basic		
Hina.E	Hina.N	Rico.S			Rico.S	Hina.N		
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			close	close	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
jump to burn	Pre Basic	Basic					Back & Arm	Body Balance
Hina.N	Rico.S	Hina.E					Hina.N	mai.h
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00	
Basic	Back & Arm	Stretch & Conditioning	Hip Punch	Pilates Cardio				
Hina.E	Hina.N	Rico.S	Rico.S	Rico.S				

pilatesK 松戸店

【 04/09 ~ 04/16 】 スケジュール

04/09	04/10	04/11	04/12	04/13	04/14	04/15	04/16
木	金	土	日	月	火	水	木
close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close
	Pre Basic	Back & Arm	Body Balance		Basic	Body Balance	
	Rico.S	Hina.N	Hina.N		Hina.E	Hina.N	
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	
	Body Balance	Pilates Cardio	Hip & Leg		Back & Arm	Hip & Leg	
	Hina.N	Rico.S	mai.h		mai.h	mai.h	
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	
	Back & Spine	Waist	jump to burn		Hip & Leg	Basic	
	Rico.S	Hina.N	mai.h		mai.h	Hina.E	
	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close	close	
Stretch & Conditioning		Basic	Pre Basic	Shape up waist			
Rico.S		Hina.N	Rico.S	mai.h			
17:30 ~ 18:30		close	close	17:30 ~ 18:30			17:30 ~ 18:30
Pre Basic	Hip Punch			Stretch & Conditioning			
Rico.S	Rico.S						
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	close	close	close	18:00 ~ 19:00	
Shape up waist	Basic					Basic	
mai.h	Hina.E					mai.h	
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30					19:30 ~ 20:30	
Waist	Hip & Leg					Shape up waist	
Hina.E	mai.h	mai.h					
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	close	close	close	close	21:00 ~ 22:00	
Basic	Waist					Body Balance	
mai.h	Hina.E	Hina.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週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 松戸店

【 04/17 ~ 04/24 】 スケジュール

2026/03/11 更新

04/17	04/18	04/19	04/20	04/21	04/22	04/23	04/24
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
Back & Spine	Stretch & Conditioning	Back & Arm		Waist	Basic		Hip & Leg
Rico.S	Rico.S	Hina.N		Hina.E	Hina.N		mai.h
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00
Basic	Waist	Pre Basic		Stretch & Conditioning	Back & Spine		jump to burn
Hina.E	Hina.E	Rico.S		Rico.S	Rico.S		Hina.N
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30
Stretch & Conditioning	Pilates Cardio	Body Balance		Basic	Basic		Basic
Rico.S	Rico.S	Hina.N		Hina.E			mai.h
close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close	close		close
	Basic	Hip Punch					
	Hina.E	Rico.S					
	close	close					
	17:30 ~ 18:30						
	Back & Spine						
	Rico.S						
18:00 ~ 19:00		close		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
Hip & Leg				Hip & Leg	Back & Arm	Pre Basic	
mai.h				mai.h	mai.h	Rico.S	
19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
Basic				Body Balance	Pilates Cardio	Hip Punch	
Hina.N				Hina.N	Rico.S	Rico.S	
21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
jump to burn				Shape up waist	Basic	Waist	
Hina.N				mai.h	mai.h	Hina.E	
						Hina.E	

pilatesK 松戸店

【 04/25 ~ 04/30 】 スケジュール

04/25	04/26	04/27	04/28	04/29	04/30
土	日	月	火	水	木
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close
Back & Arm	Basic		Shape up waist	Pre Basic	
mai.h	Hina.E		mai.h	Rico.S	
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	
Basic	Body Balance		Basic	Waist	
Hina.N	mai.h		Hina.E	Hina.E	
13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	
Hip & Leg	Basic		Hip & Leg	Back & Spine	
mai.h	Hina.E		mai.h	Rico.S	
15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30			15:00 ~ 16:00	
jump to burn	Shape up waist			Body Balance	
Hina.N	mai.h			mai.h	
close				close	
				close	
17:30 ~ 18:30				17:30 ~ 18:30	
Body Balance				Basic	
mai.h			Hina.E		
close			18:00 ~ 19:00		
			Pilates Cardio		
			Rico.S		
			19:30 ~ 20:30		
			Basic		
			Hina.E		
			21:00 ~ 22:00		
			Back & Spine		
			Rico.S		
			18:00 ~ 19:00		
			Hip & Leg		
			mai.h		
			19:30 ~ 20:30		
			Waist		
			Hina.E		
			21:00 ~ 22:00		
			jump to burn		
			Hina.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。