

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

06/09	06/10	06/11	06/12	06/13	06/14	06/15	06/16				
火	水	木	金	土	日	月	火				
10:30 ~ 11:30 Back & Arm Hina.N	10:30 ~ 11:30 Body Balance Hina.N	close	10:30 ~ 11:30 Back & Spine Rico.S	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Hina.E	10:30 ~ 11:30 Basic Hina.E	close	10:30 ~ 11:30 Back & Spine Rico.S				
12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning Rico.S	12:30 ~ 13:30 Waist Aisha.M		12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Hina.E	12:00 ~ 13:00 Basic Hina.E	12:30 ~ 13:30 Waist Aisha.M		12:30 ~ 13:30 Waist Aisha.M				
13:30 ~ 14:30 Basic Hina.N	close		13:30 ~ 14:30 Basic Hina.E	13:30 ~ 14:30 Waist Aisha.M	14:30 ~ 15:30 Hip & Leg Hina.E		13:30 ~ 14:30 Pre Basic Rico.S				
close			18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Hina.E	18:00 ~ 19:00 Back & Spine Rico.S	18:00 ~ 19:00 jump to burn Hina.N		18:00 ~ 19:00 Body Balance Hina.N	close			
			19:30 ~ 20:30 Hip Punch Rico.S	19:30 ~ 20:30 Pre Basic Rico.S	19:30 ~ 20:30 Waist Aisha.M		19:30 ~ 20:30 Pilates Cardio Rico.S		19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Hina.E		
			21:00 ~ 22:00 Basic Hina.E	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Hina.E	21:00 ~ 22:00 Body Balance Hina.N		21:00 ~ 22:00 Back & Arm Hina.N		21:00 ~ 22:00 jump to burn Hina.N		
			close				15:00 ~ 16:00 Hip Punch Rico.S		16:30 ~ 17:30 Waist Aisha.M		
			close				17:30 ~ 18:30 Stretch & Conditioning Rico.S		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。  
 ・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

【 06/17 ~ 06/24 】 スケジュール

2026/05/14 更新

06/17	06/18	06/19	06/20	06/21	06/22	06/23	06/24	
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	
Stretch & Conditioning		Hip & Leg	Basic	Waist		Waist	Basic	
Rico.S		Hina.E	Hina.E	Aisha.M		Aisha.M	Hina.N	
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	
Pre Basic		Basic	Body Balance	Pilates Cardio		Basic	Body Balance	
Rico.S		Hina.E	Hina.N	Rico.S		Hina.E	Hina.N	
close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close	
		Back & Spine	jump to burn	Waist		Hip & Leg		
		Rico.S	Hina.N	Aisha.M		Hina.E		
		close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close		
	Hip & Leg		Pre Basic					
Hina.E	Rico.S							
17:30 ~ 18:30	Back & Arm	Hina.N	close	18:00 ~ 19:00	Stretch & Conditioning	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
Hip & Leg	Waist	jump to burn		18:00 ~ 19:00	Rico.S	Rico.S		
Hina.E	Aisha.M	Hina.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		Basic	Body Balance	Waist	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
Hina.E	Hina.N	Aisha.M		Hina.E	Aisha.M			
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		Waist	Back & Arm	Basic	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
Aisha.M	Hina.N	Hina.N		Rico.S	Rico.S			

pilatesK 松戸店

【 06/25 ~ 06/30 】 スケジュール

06/25	06/26	06/27	06/28	06/29	06/30
木	金	土	日	月	火
close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30
	Back & Arm	Pilates Cardio	Back & Arm		Back & Arm
	未定	Rico.S	未定		未定
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00
	Waist	Back & Arm	Basic		Waist
	Aisha.M	未定	Hina.E		Aisha.M
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		r8 ~ 14:30
	Back & Arm	Pre Basic	Hip & Leg		Back & Arm
	未定	Rico.S	Hina.E		未定
	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close
Waist		Back & Arm			
Aisha.M		未定			
close	17:30 ~ 18:30	close			
	Basic				
	Hina.E				
	18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
	Back & Arm		Basic	Basic	
Hina.N	Hina.E	Hina.E			
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	close	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
Basic	Waist		jump to burn		
Hina.E	Aisha.M		Hina.N		
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		
jump to burn	Hip & Leg		Body Balance		
Hina.N	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。