

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 Reset Flow Hitomi.N	10:30 ~ 11:30 Back & Spine meiko	close	10:30 ~ 11:30 Basic meiko	10:30 ~ 11:30 Back & Spine meiko	10:30 ~ 11:30 Basic Miho.N	close
	12:00 ~ 13:00 Shape up waist meiko	12:00 ~ 13:00 Pilates Cardio Hitomi.N		12:00 ~ 13:00 jump to burn meiko	12:00 ~ 13:00 Waist Miho.N	12:00 ~ 13:00 Body Balance Rina.f	
	13:30 ~ 14:30 Pre Basic Hitomi.N	13:30 ~ 14:30 Back & Arm meiko		13:30 ~ 14:30 Body Balance Hitomi.N	13:30 ~ 14:30 Basic Rina.f	14:30 ~ 15:30 Back & Arm Miho.N	
	18:00 ~ 19:00 jump to burn Rina.f	18:00 ~ 19:00 Pre Basic Hitomi.N		18:00 ~ 19:00 Pilates Cardio Hitomi.N	18:00 ~ 19:00 Back & Arm Hitomi.N	18:00 ~ 19:00 Stretch & Conditioning Rina.f	
	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Miho.N	19:30 ~ 20:30 jump to burn Rina.f		19:30 ~ 20:30 Basic Rina.f	19:30 ~ 20:30 Shape up waist Miho.N	close	
	21:00 ~ 22:00 Waist Rina.f	21:00 ~ 22:00 Body Balance Rina.f		21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Hitomi.N	21:00 ~ 22:00 Pre Basic Hitomi.N		

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 Hip & Leg Rina.f	10:30 ~ 11:30 Shape up waist meiko	close	10:30 ~ 11:30 Body Balance meiko	10:30 ~ 11:30 Shape up waist Rina.f	10:30 ~ 11:30 Pre Basic Hitomi.N	close	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Hitomi.N	
12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning meiko	12:00 ~ 13:00 Basic meiko		12:00 ~ 13:00 Pre Basic Hitomi.N	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Miho.N	12:30 ~ 13:30 Waist Rina.f		12:00 ~ 13:00 jump to burn Rina.f	
13:30 ~ 14:30 Waist Rina.f	13:30 ~ 14:30 Back & Spine Hitomi.N		13:30 ~ 14:30 Back & Arm meiko	13:30 ~ 14:30 jump to burn Rina.f	14:30 ~ 15:30 Hip & Leg Hitomi.N		13:30 ~ 14:30 Pre Basic Hitomi.N	
18:00 ~ 19:00 Basic Rina.f	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Hitomi.N		18:00 ~ 19:00 Waist Rina.f	18:00 ~ 19:00 Reset Flow Hitomi.N	18:00 ~ 19:00 Back & Arm Miho.N		close	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Miho.N
19:30 ~ 20:30 Pilates Cardio meiko	19:30 ~ 20:30 Body Balance meiko		19:30 ~ 20:30 Pre Basic Hitomi.N	19:30 ~ 20:30 Waist Miho.N	close			19:30 ~ 20:30 Stretch & Conditioning Rina.f
21:00 ~ 22:00 Back & Spine Hitomi.N	21:00 ~ 22:00 Reset Flow Hitomi.N		21:00 ~ 22:00 jump to burn Rina.f	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Miho.N				21:00 ~ 22:00 Shape up waist Miho.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 千葉店

【 06/17 ~ 06/24 】 スケジュール

2026/05/13 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
Reset Flow		Waist	Reset Flow	Pilates Cardio		Basic	Hip & Leg
Hitomi.N		Miho.N	Hitomi.N	Hitomi.N		Miho.N	Miho.N
12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00
Back & Arm		Pilates Cardio	Shape up waist	Back & Arm		Back & Spine	Waist
Miho.N		meiko	Miho.N	Miho.N		meiko	Miho.N
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		Basic	jump to burn	Reset Flow		Waist	Pilates Cardio
Hitomi.N		Miho.N	meiko	Hitomi.N		Miho.N	Hitomi.N
close		close	close	close		close	close
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
Back & Arm	Shape up waist	Back & Spine	Basic		Stretch & Conditioning	Back & Spine	
Miho.N	meiko	meiko	meiko		Rina.f	meiko	
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	close		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
Basic	Body Balance	Shape up waist			jump to burn	Reset Flow	
ruka.U	Rina.f	Rina.f			Rina.f	Hitomi.N	
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
Waist	Basic	Stretch & Conditioning			Back & Arm	Hip & Leg	
ruka.U	Rina.f	Rina.f			Hitomi.N	Hitomi.N	

pilatesK 千葉店

【 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
	jump to burn	Hip & Leg	Basic		Body Balance
	Rina.f	Miho.N	Miho.N		Rina.f
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00
	Pre Basic	Basic	Shape up waist		Back & Arm
	Hitomi.N	未確定	Hitomi.N		Miho.N
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30
	Stretch & Conditioning	Back & Arm	Hip & Leg		jump to burn
	Rina.f	Miho.N	Miho.N		Rina.f
	close	close	close		close
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	18:00 ~ 19:00	
Body Balance	Shape up waist	Reset Flow		Basic	
Rina.f	Miho.N	Hitomi.N		未確定	
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	close		19:30 ~ 20:30	
Hip & Leg	Basic			Pilates Cardio	
meiko	未確定			meiko	
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
Waist	Pilates Cardio			Back & Spine	
Rina.f	meiko			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。