

pilatesK 津田沼ヒート店

【 06/01 ~ 06/08 】 スケジュール

2026/05/14 更新

06/01	06/02	06/03	06/04	06/05	06/06	06/07	06/08
月	火	水	木	金	土	日	月
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
Hip & Leg	Pilates Barre	Pre Basic	Hip Punch	Release&Strength	Pre Basic	Waist	Back & Spine
minori.T	Maki.H	runa	minori.T	Satomi.K	runa	Moeka.K	minori.T
12:00 ~ 13:00	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
Waist	Pilates Cardio	Back & Arm	Basic	Pilates Barre	Pilates Cardio	Hip Punch	Back & Arm
Moeka.K	runa	Maki.H	Maki.H	Maki.H	Ai.Y	minori.T	Satomi.K
13:30 ~ 14:30	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
Back & Spine	Back & Arm	Animal Stretch	Back & Spine	Basic	Hip & Leg	Waist	Stretch & Conditioning
minori.T	Maki.H	runa	minori.T	Satomi.K	runa	Moeka.K	minori.T
close	close	close	close	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	close
					Release&Strength	Pilates Barre	
					Satomi.K	minori.T	
					16:30 ~ 17:30	Basic	
Ai.Y							
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	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	Hip & Leg	jump to burn	Waist	Waist		close	Waist
Satomi.K	minori.T	Satomi.K	Moeka.K	Moeka.K			Moeka.K
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
Waist	Basic	Waist	Hip & Leg	Pilates Cardio	close	close	jump to burn
Moeka.K	Satomi.K	Moeka.K	runa	runa			Satomi.K
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
Back & Arm	Hip Punch	Basic	Pre Basic	Waist			Waist
Satomi.K	minori.T	Satomi.K	runa	Moeka.K			Moeka.K

pilatesK 津田沼ヒート店

【 06/09 ~ 06/16 】 スケジュール

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	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
Hip Punch	Pilates Workout	Back & Spine	Animal Stretch	Waist	Pre Basic	Hip Punch	Hip & Leg
minori.T	minori.T	minori.T	Kanna	Moeka.K	runa	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	Waist	jump to burn	Waist	jump to burn	Pilates Workout	Pre Basic	Back & Spine
未確定	Moeka.K	Maki.H	Moeka.K	Satomi.K	minori.T	runa	minori.T
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
Basic	Back & Spine	Hip & Leg	Hip Punch	Stretch & Conditioning	Hip & Leg	Hip & Leg	Animal Stretch
minori.T	minori.T	minori.T	Kanna	runa	runa	minori.T	runa
close	close	close	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	close	close
				Waist	Back & Spine		
				Moeka.K	minori.T		
				16:30 ~ 17:30	Back & Arm		
Satomi.K							
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
Waist	Basic	Back & Arm	jump to burn	close	Basic	Back & Arm	Back & Arm
Moeka.K	Maki.H	Satomi.K	Maki.H		Maki.H	Maki.H	
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
Release&Strength	Waist	Pilates Barre	Back & Arm	close	Pilates Cardio	Hip Punch	Hip Punch
Satomi.K	Moeka.K	Maki.H	Satomi.K		runa	minori.T	
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
Back & Arm	Pilates Barre	Release&Strength	Basic		Back & Arm	Basic	Basic
Satomi.K	Maki.H	Satomi.K	Maki.H		Maki.H	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 津田沼1-1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	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Pre Basic 🍃	jump to burn	Release&Strength	Pilates Workout	Basic 🍃		Waist 🍃	jump to burn
runa	Satomi.K	Satomi.K	minori.T	Satomi.K		Maki.H	Satomi.K
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00
Release&Strength	Back & Arm 🍃	Hip & Leg 🍃	Stretch & Conditioning 🍃	Pilates Cardio		Pilates Cardio	Back & Arm 🍃
Satomi.K	Satomi.K	minori.T	runa	runa		runa	Maki.H
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 & Leg 🍃	Basic 🍃	Basic 🍃	Hip & Leg 🍃	Release&Strength		Back & Arm 🍃	Basic 🍃
runa	Maki.H	Satomi.K	Kaori	Satomi.K		Maki.H	Satomi.K
close	close	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close	close
			jump to burn	Hip & Leg 🍃			
			Kaori	runa			
			16:30 ~ 17:30				
			Back & Spine				
			minori.T				
			18:00 ~ 19:00				
			Pre Basic 🍃				
			runa				
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
jump to burn	Waist 🍃	Hip Punch			jump to burn	Basic 🍃	
Maki.H	Satomi.K	minori.T			Satomi.K	未確定	
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	close	close	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
Back & Spine	Stretch & Conditioning 🍃	Waist 🍃			Basic 🍃	Pilates Barre	
minori.T	runa	Maki.H			未確定	Maki.H	
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
Back & Arm 🍃	Pilates Barre	Basic 🍃			Release&Strength	Waist 🍃	
Maki.H	Maki.H	Maki.H			Satomi.K	Maki.H	

pilatesK 津田沼1-1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
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	Basic 🍃	Pre Basic 🍃	Release&Strength	jump to burn	Pilates Barre
Maki.H	未確定	runa	Satomi.K	Satomi.K	Maki.H
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00
Release&Strength	Pilates Workout	Waist 🍃	Basic 🍃	Stretch & Conditioning 🍃	Basic 🍃
Satomi.K	minori.T	Maki.H	Hikari.K	runa	Hikari.K
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30
Waist 🍃	Stretch & Conditioning 🍃	jump to burn	jump to burn	Back & Arm 🍃	Waist 🍃
Maki.H	minori.T	Kaori	Satomi.K	Satomi.K	Maki.H
close	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	close	close
		Hip & Leg 🍃	Basic 🍃		
		Kaori	Hikari.K		
		16:30 ~ 17:30			
		Animal Stretch			
		runa			
		18:00 ~ 19:00			
		Pilates Barre			
		Maki.H			
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
Basic 🍃	Animal Stretch			Hip & Leg 🍃	Basic 🍃
未確定	runa			runa	Hikari.K
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	close	close	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
jump to burn	Basic 🍃			Basic 🍃	Hip & Leg 🍃
Satomi.K	未確定			Hikari.K	runa
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
Basic 🍃	Hip & Leg 🍃			Animal Stretch	Back & Spine
未確定	runa			runa	minori.T

🍃 : 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。