

pilatesK 千葉店		【 07/01 ~ 07/08 】			スケジュール			2026/07/26 更新	
07/01	07/02	07/03	07/04	07/05	07/06	07/07	07/08		
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		
Back & Arm 🇲🇻		Basic 🇲🇻	Pilates Workout	Back & Spine		Basic 🇲🇻	Beauty Conditioning 🇲🇻		
Miho.N		Ami.s	meiko	Hitomi.N		Ami.s	meiko		
12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		
Basic 🇲🇻		Waist 🇲🇻	Pre Basic 🇲🇻	Pilates Cardio		Back & Spine	Hip & Leg 🇲🇻		
Ami.s		meiko	Hitomi.N	Hitomi.N		meiko	meiko		
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		Advance	Beauty Conditioning 🇲🇻	Basic 🇲🇻		Waist 🇲🇻	Pre Basic 🇲🇻		
Hitomi.N		Miho.N	meiko	Ami.s		meiko	Hitomi.N		
close		close	close	15:00 ~ 16:00		close	close	close	
				Hip Punch					
				Hitomi.N					
				16:30 ~ 17:30					16:30 ~ 17:30
	Basic 🇲🇻			Release&Strength					
			Ami.s	Mari.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		
Advance	Pilates Cardio	Back & Spine	Back & Arm 🇲🇻			Back & Arm 🇲🇻	Basic 🇲🇻		
Miho.N	Hitomi.N	meiko	Hitomi.N			Hitomi.N	Ami.s		
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
Basic 🇲🇻	Beauty Conditioning 🇲🇻	Hip & Leg 🇲🇻				Hip Punch	Pilates Cardio		
Ami.s	meiko	meiko		Hitomi.N	Hitomi.N				
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		
Hip & Leg 🇲🇻	Back & Spine	Release&Strength				Basic 🇲🇻	Back & Arm 🇲🇻		
Hitomi.N	Hitomi.N	Miho.N				Ami.s	Hitomi.N		

pilatesK 千葉店		【 07/09 ~ 07/16 】		スケジュール					
07/09	07/10	07/11	07/12	07/13	07/14	07/15	07/16		
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		
	Back & Arm 🌱	Pre Basic 🌱	Beauty Conditioning 🌱		Waist 🌱	Basic 🌱			
	Miho.N	Hitomi.N	meiko		Miho.N	Ami.s			
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00			
	Pilates Workout	Hip & Leg 🌱	Pilates Workout		Basic 🌱	Pilates Cardio			
	meiko	Miho.N	meiko		Ami.s	meiko			
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30			
	Release&Strength	Pilates Cardio	Back & Spine		Release&Strength	Back & Arm 🌱			
	Miho.N	Hitomi.N	Hitomi.N		Miho.N	Miho.N			
	close	15:00 ~ 16:00	close		close	close		close	
		Basic 🌱							
		Ami.s							
		16:30 ~ 17:30							16:30 ~ 17:30
		Release&Strength							Hip & Leg 🌱
	Miho.N	Hitomi.N							
	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
Back & Spine	Hip & Leg 🌱	Hip Punch		Pilates Workout	Waist 🌱	Back & Arm 🌱			
meiko	meiko	Hitomi.N		meiko	Miho.N	Hitomi.N			
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
Basic 🌱	Waist 🌱			Basic 🌱	Hip & Leg 🌱	Hip Punch			
Ami.s	meiko			Ami.s	meiko	Hitomi.N			
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
Hip & Leg 🌱	Basic 🌱			Beauty Conditioning 🌱	Advance	Release&Strength			
meiko	Ami.s			meiko	Miho.N	Mari.y			

🌱：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。

pilatesK 千葉店			【 07/17 ~ 07/24 】		スケジュール		2026/07/26 更新		
07/17		07/18	07/19	07/20	07/21	07/22	07/23	07/24	
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	
Hip & Leg 🌱		Pilates Workout	Hip Punch		Pilates Cardio	Back & Spine		Waist 🌱	
meiko		meiko	Hitomi.N		Hitomi.N	meiko		Miho.N	
12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	
Beauty Conditioning 🌱		Basic 🌱	Back & Arm 🌱		Back & Arm 🌱	Hip & Leg 🌱		Basic 🌱	
meiko		Ami.s	Miho.N		Hitomi.N	Hitomi.N		Ami.s	
13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	
Waist 🌱		Beauty Conditioning 🌱	Pre Basic 🌱		Basic 🌱	Beauty Conditioning 🌱		Advance	
Miho.N		meiko	Hitomi.N		Ami.s	meiko		Miho.N	
close		15:00 ~ 16:00	close		close			close	
		Hip & Leg 🌱							
		Miho.N							
		16:30 ~ 17:30							16:30 ~ 17:30
		Basic 🌱							Release&Strength
		Ami.s	Miho.N						
18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
Pre Basic 🌱		Advance		Waist 🌱	Basic 🌱	Release&Strength	Basic 🌱		
Hitomi.N		Miho.N		meiko	Ami.s	Miho.N	Ami.s		
19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
Back & Arm 🌱				Back & Spine	Pilates Cardio	Pre Basic 🌱	Pilates Workout		
Miho.N				Hitomi.N	Hitomi.N	Hitomi.N	meiko		
21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		
Pilates Cardio				Hip & Leg 🌱	Basic 🌱	Back & Arm 🌱	Beauty Conditioning 🌱		
Hitomi.N				meiko	Ami.s	Miho.N	meiko		

pilatesK 千葉店		【 07/25 ~ 07/31 】 スケジュール						
07/25	07/26	07/27	07/28	07/29	07/30	07/31		
土	日	月	火	水	木	金		
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30		
Basic 🌱	Back & Spine		Waist 🌱	Release&Strength		Advance		
Ami.s	meiko		Miho.N	Miho.N		Miho.N		
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00		
Hip Punch	Hip & Leg 🌱		Basic 🌱	Pilates Cardio		Basic 🌱		
Hitomi.N	Hitomi.N		Ami.s	Hitomi.N		Ami.s		
13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30		
Basic 🌱	Waist 🌱		Advance	Back & Arm 🌱		Release&Strength		
Ami.s	meiko		Miho.N	Miho.N		Miho.N		
15:00 ~ 16:00			close	close		close	close	
Pilates Cardio								
Hitomi.N								
16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30							
Pre Basic 🌱	Hip Punch							
Mari.y	Hitomi.N							
18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		
Release&Strength			Pre Basic 🌱	Waist 🌱	Pilates Workout	Hip & Leg 🌱		
Mari.y			Hitomi.N	Ami.s	meiko	meiko		
			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
			Pilates Cardio	Hip Punch	Basic 🌱	Waist 🌱		
			Hitomi.N	Hitomi.N	Ami.s	Ami.s		
			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		
			Beauty Conditioning 🌱	Basic 🌱	Waist 🌱	Pilates Cardio		
			meiko	Ami.s	Ami.s	meiko		

🌱 : 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。