

pilatesK 千葉店		【 09/01 ~ 09/08 】 スケジュール						2026/08/14 更新							
09/01		09/02		09/03		09/04		09/05		09/06		09/07		09/08	
火		水		木		金		土		日		月		火	
10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		close		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		close		10:30 ~ 11:30	
Style up Pilates		Release&Strength				Hip & Leg 🌿		Pilates Workout		Back & Arm 🌿				Back & Arm 🌿	
Miho.N		Miho.N				Miho.N		meiko		meiko				Miho.N	
12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00				12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30				12:00 ~ 13:00	
Beauty Conditioning 🌿		Basic 🌿				Basic 🌿		Waist 🌿		Basic 🌿				Waist 🌿	
meiko		Karen.S				Karen.S		Ami.s		Karen.S				Ami.s	
13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30				13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30		14:30 ~ 15:30				13:30 ~ 14:30	
Shape up waist		Advance				Style up Pilates		Basic 🌿		Pilates Cardio				Style up Pilates	
Miho.N		Miho.N				Miho.N		Karen.S		meiko				Miho.N	
close		close				close		15:00 ~ 16:00		close				close	
				Back & Spine											
				Mari.y											
				16:30 ~ 17:30				16:30 ~ 17:30							
				Pre Basic 🌿				Release&Strength							
				Mari.y				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		18:00 ~ 19:00			
Pilates Cardio		Basic 🌿		Style up Pilates		Waist 🌿		Basic 🌿		Basic 🌿		Basic 🌿			
meiko		Ami.s		Miho.N		Ami.s		Ami.s		Ami.s		Ami.s			
19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		close		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30			
Waist 🌿		Pilates Workout		Waist 🌿		Pilates Cardio				Hip & Leg 🌿					
Ami.s		meiko		Ami.s		meiko				Mari.y					
21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00					
Basic 🌿		Waist 🌿		Basic 🌿		Basic 🌿				Waist 🌿					
Karen.S		Ami.s		Karen.S		Ami.s				Ami.s		Ami.s			

pilatesK 千葉店		【 09/09 ~ 09/16 】				スケジュール	
09/09	09/10	09/11	09/12	09/13	09/14	09/15	09/16
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
Hip & Leg 🌈		Pilates Cardio	Pilates Workout	Waist 🌈		Basic 🌈	Release&Strength
meiko		meiko	meiko	Ami.s		Karen.S	Miho.N
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 🌈		Pre Basic 🌈	Beauty Conditioning 🌈	Pilates Barre		Pilates Cardio	Basic 🌈
Ami.s		meiko	meiko	JUKA.W		meiko	Karen.S
13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30
Beauty Conditioning 🌈		Hip & Leg 🌈	Style up Pilates	Hip & Leg 🌈		Back & Spine	Waist 🌈
meiko		Miho.N	Miho.N	JUKA.W		meiko	Ami.s
close		close	close	15:00 ~ 16:00		close	close
	Waist 🌈						
	Ami.s						
	16:30 ~ 17:30			16:30 ~ 17:30			
	Shape up waist			Pre Basic 🌈			
	Miho.N			Mari.y			
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	
Shape up waist	Basic 🌈	Advance	Basic 🌈		Style up Pilates	Basic 🌈	
Miho.N	Ami.s	Miho.N	Ami.s		Miho.N	Karen.S	
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	close		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
Waist 🌈	Pilates Workout	Back & Spine			Basic 🌈	Shape up waist	
Ami.s	meiko	Mari.y			Karen.S	Miho.N	
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
Style up Pilates	Waist 🌈	Release&Strength			Hip & Leg 🌈	Waist 🌈	
Miho.N	Ami.s	Miho.N		Miho.N	Ami.s		

：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。

