pilatesK　津田沼ﾋﾞｰﾄ店

【　11/01　～　11/08　】　スケジュール

2026/10/16　更新

11/01	11/02	11/03	11/04	11/05	11/06	11/07	11/08
日	月	火	水	木	金	土	日
10:30 ～ 11:30 Hip Punch minori.T	10:30 ～ 11:30 Reset Flow minori.T	10:30 ～ 11:30 Pilates Cardio Maki.H	10:30 ～ 11:30 Back＆Arm 🔰 Maki.H	10:30 ～ 11:30 Release&Strength Satomi.K	10:30 ～ 11:30 Hip＆Leg 🔰 minori.T	10:30 ～ 11:30 Power up Control runa	10:30 ～ 11:30 Basic 🔰 MOMOKA.A
12:30 ～ 13:30 Beauty Conditioning 🔰 runa	12:00 ～ 13:00 Back＆Arm 🔰 Maki.H	12:00 ～ 13:00 Hip＆Leg 🔰 runa	12:00 ～ 13:00 Basic 🔰 MOMOKA.A	12:00 ～ 13:00 Hip Punch minori.T	12:00 ～ 13:00 Pre Basic 🔰 Maki.H	12:00 ～ 13:00 Hip＆Leg 🔰 minori.T	12:30 ～ 13:30 Pilates Cardio Maki.H
14:30 ～ 15:30 Style up Pilates minori.T	13:30 ～ 14:30 Hip＆Leg 🔰 minori.T	13:30 ～ 14:30 Release&Strength Satomi.K	13:30 ～ 14:30 Pilates Cardio Maki.H	13:30 ～ 14:30 Waist 🔰 Satomi.K	13:30 ～ 14:30 Reset Flow minori.T	13:30 ～ 14:30 Shape up waist Satomi.K	14:30 ～ 15:30 Waist 🔰 MOMOKA.A
16:30 ～ 17:30 Power up Control runa	close	15:00 ～ 16:00 Pre Basic 🔰 Maki.H	close	close	close	15:00 ～ 16:00 Pre Basic 🔰 runa	16:30 ～ 17:30 Back＆Arm 🔰 Maki.H
close		16:30 ～ 17:30 Power up Control runa				16:30 ～ 17:30 Release&Strength minori.T	close
		18:00 ～ 19:00 Shape up waist Satomi.K				18:00 ～ 19:00 Back＆Arm 🔰 Satomi.K	
	18:00 ～ 19:00 Waist 🔰 MOMOKA.A	close	18:00 ～ 19:00 Basic 🔰 Rin.s	18:00 ～ 19:00 Hip＆Leg 🔰 runa	18:00 ～ 19:00 Shape up waist Satomi.K	close	
	19:30 ～ 20:30 Release&Strength Satomi.K		19:30 ～ 20:30 Waist 🔰 MOMOKA.A	19:30 ～ 20:30 Basic 🔰 MOMOKA.A	19:30 ～ 20:30 Pilates Cardio Maki.H		
	21:00 ～ 22:00 Basic 🔰 MOMOKA.A		21:00 ～ 22:00 Hip＆Leg 🔰 Rin.s	21:00 ～ 22:00 Advance runa	21:00 ～ 22:00 Release&Strength Satomi.K		

pilatesK　津田沼ﾋﾞｰﾄ店

【　11/09　～　11/16　】　スケジュール

11/09	11/10	11/11	11/12	11/13	11/14	11/15	11/16
月	火	水	木	金	土	日	月
10:30 ～ 11:30 Beauty Conditioning 🔰 minori.T	10:30 ～ 11:30 Back＆Arm 🔰 Satomi.K	10:30 ～ 11:30 Hip＆Leg 🔰 runa	10:30 ～ 11:30 Shape up waist Miho.N	10:30 ～ 11:30 Basic 🔰 MOMOKA.A	10:30 ～ 11:30 Release&Strength Satomi.K	10:30 ～ 11:30 Hip Punch minori.T	10:30 ～ 11:30 Style up Pilates minori.T
12:00 ～ 13:00 Advance runa	12:00 ～ 13:00 Style up Pilates runa	12:00 ～ 13:00 Reset Flow minori.T	12:00 ～ 13:00 Back＆Arm 🔰 Satomi.K	12:00 ～ 13:00 Shape up waist Satomi.K	12:00 ～ 13:00 Pilates Cardio Maki.H	12:30 ～ 13:30 Style up Pilates runa	12:00 ～ 13:00 Basic 🔰 MOMOKA.A
13:30 ～ 14:30 Hip Punch minori.T	13:30 ～ 14:30 Shape up waist Satomi.K	13:30 ～ 14:30 Power up Control runa	13:30 ～ 14:30 Release&Strength Miho.N	13:30 ～ 14:30 Waist 🔰 MOMOKA.A	13:30 ～ 14:30 Basic 🔰 MOMOKA.A	14:30 ～ 15:30 Back＆Arm 🔰 Satomi.K	13:30 ～ 14:30 Hip＆Leg 🔰 minori.T
close	close	close	close	close	15:00 ～ 16:00 Shape up waist Satomi.K	16:30 ～ 17:30 Beauty Conditioning 🔰 runa	close
					16:30 ～ 17:30 Pre Basic 🔰 Maki.H	close	
					18:00 ～ 19:00 Waist 🔰 MOMOKA.A		
18:00 ～ 19:00 Basic 🔰 MOMOKA.A	18:00 ～ 19:00 Hip Punch minori.T	18:00 ～ 19:00 Basic 🔰 MOMOKA.A	18:00 ～ 19:00 Pilates Cardio Maki.H	18:00 ～ 19:00 Back＆Arm 🔰 kano.t	close		18:00 ～ 19:00 Waist 🔰 Maki.H
19:30 ～ 20:30 Power up Control runa	19:30 ～ 20:30 Waist 🔰 Maki.H	19:30 ～ 20:30 Pilates Cardio Maki.H	19:30 ～ 20:30 Back＆Arm 🔰 kano.t	19:30 ～ 20:30 Pre Basic 🔰 Maki.H			19:30 ～ 20:30 Basic 🔰 MOMOKA.A
21:00 ～ 22:00 Waist 🔰 MOMOKA.A	21:00 ～ 22:00 Basic 🔰 MOMOKA.A	21:00 ～ 22:00 Back＆Arm 🔰 Maki.H	21:00 ～ 22:00 Pre Basic 🔰 Maki.H	21:00 ～ 22:00 Waist 🔰 Maki.H			21:00 ～ 22:00 Back＆Arm 🔰 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。

pilatesK　津田沼ﾋﾞｰﾄ店　【　11/17　～　11/24　】　スケジュール　2026/10/16　更新

11/17	11/18	11/19	11/20	11/21	11/22	11/23	11/24
火	水	木	金	土	日	月	火
10:30 ～ 11:30 Hip＆Leg 🔰 runa	10:30 ～ 11:30 Waist 🔰 Satomi.K	10:30 ～ 11:30 Basic 🔰 MOMOKA.A	10:30 ～ 11:30 Waist 🔰 Maki.H	10:30 ～ 11:30 Pre Basic 🔰 Maki.H	10:30 ～ 11:30 Waist 🔰 MOMOKA.A	10:30 ～ 11:30 Back＆Arm 🔰 Maki.H	10:30 ～ 11:30 Basic 🔰 MOMOKA.A
12:00 ～ 13:00 Release&Strength Satomi.K	12:00 ～ 13:00 Hip Punch minori.T	12:00 ～ 13:00 Shape up waist Satomi.K	12:00 ～ 13:00 Advance runa	12:00 ～ 13:00 Waist 🔰 Satomi.K	12:30 ～ 13:30 Beauty Conditioning 🔰 minori.T	12:00 ～ 13:00 Hip Punch minori.T	12:00 ～ 13:00 Style up Pilates runa
13:30 ～ 14:30 Power up Control runa	13:30 ～ 14:30 Back＆Arm 🔰 Satomi.K	13:30 ～ 14:30 Waist 🔰 MOMOKA.A	13:30 ～ 14:30 Pilates Cardio Maki.H	13:30 ～ 14:30 Style up Pilates runa	14:30 ～ 15:30 Basic 🔰 MOMOKA.A	13:30 ～ 14:30 Basic 🔰 MOMOKA.A	13:30 ～ 14:30 Waist 🔰 MOMOKA.A
close	close	close	close	15:00 ～ 16:00 Back＆Arm 🔰 Maki.H 16:30 ～ 17:30 Shape up waist Satomi.K 18:00 ～ 19:00 Advance runa	16:30 ～ 17:30 Reset Flow minori.T close	15:00 ～ 16:00 Hip＆Leg 🔰 minori.T 16:30 ～ 17:30 Pilates Cardio Maki.H 18:00 ～ 19:00 Waist 🔰 MOMOKA.A	close
18:00 ～ 19:00 Basic 🔰 MOMOKA.A	18:00 ～ 19:00 Hip＆Leg 🔰 minori.T	18:00 ～ 19:00 Release&Strength Satomi.K	18:00 ～ 19:00 Hip Punch minori.T	close		close	18:00 ～ 19:00 Beauty Conditioning 🔰 minori.T
19:30 ～ 20:30 Pilates Cardio Maki.H	19:30 ～ 20:30 Pre Basic 🔰 Ai.Y	19:30 ～ 20:30 Style up Pilates minori.T	19:30 ～ 20:30 Power up Control runa				19:30 ～ 20:30 Shape up waist Satomi.K
21:00 ～ 22:00 Waist 🔰 MOMOKA.A	21:00 ～ 22:00 Reset Flow minori.T	21:00 ～ 22:00 Hip＆Leg 🔰 minori.T	21:00 ～ 22:00 Beauty Conditioning 🔰 minori.T				21:00 ～ 22:00 Hip＆Leg 🔰 minori.T

pilatesK　津田沼ﾋﾞｰﾄ店　【　11/25　～　】　スケジュール

11/25	11/26	11/27	11/28	11/29	11/30
水	木	金	土	日	月
10:30 ～ 11:30 Back＆Arm 🔰 Maki.H	10:30 ～ 11:30 Hip＆Leg 🔰 Hikari.K	10:30 ～ 11:30 Hip Punch minori.T	10:30 ～ 11:30 Basic 🔰 MOMOKA.A	10:30 ～ 11:30 Reset Flow minori.T	
12:00 ～ 13:00 Basic 🔰 MOMOKA.A	12:00 ～ 13:00 Waist 🔰 MOMOKA.A	12:00 ～ 13:00 Pre Basic 🔰 Maki.H	12:00 ～ 13:00 Shape up waist Satomi.K	12:30 ～ 13:30 Power up Control runa	
13:30 ～ 14:30 Reset Flow minori.T	13:30 ～ 14:30 Basic 🔰 Hikari.K	13:30 ～ 14:30 Beauty Conditioning 🔰 minori.T	13:30 ～ 14:30 Pre Basic 🔰 Maki.H	14:30 ～ 15:30 Release&Strength Satomi.K	
close	close	close	15:00 ～ 16:00 Waist 🔰 MOMOKA.A 16:30 ～ 17:30 Back＆Arm 🔰 Satomi.K 18:00 ～ 19:00 Pilates Cardio Maki.H	16:30 ～ 17:30 Waist 🔰 MOMOKA.A close	close
18:00 ～ 19:00 Power up Control runa	18:00 ～ 19:00 Shape up waist Satomi.K	18:00 ～ 19:00 Advance runa	close		
19:30 ～ 20:30 Hip＆Leg 🔰 Hikari.K	19:30 ～ 20:30 Pre Basic 🔰 Ai.Y	19:30 ～ 20:30 Back＆Arm 🔰 Maki.H			
21:00 ～ 22:00 Release&Strength Satomi.K	21:00 ～ 22:00 Back＆Arm 🔰 Satomi.K	21:00 ～ 22:00 Style up Pilates runa			

🔰：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。