



pilates

pilates K 大津テラス店 Lesson Schedule

更新日2024/10/15

2024/11/1~2024/11/15

	11月1日(金)	11月2日(土)	11月3日(日)	11月4日(月)	11月5日(火)	11月6日(水)	11月7日(木)	11月8日(金)	
10:30	10:30~11:30 Waist 📄 Megumi.Y	close	close	close	10:30~11:30 Basic 📄 Kayan.C	10:30~11:30 Back&Arm 📄 Kayan.C		10:30~11:30 Stretch&Conditioning 📄 Megumi.Y	
12:00	12:30~13:30 Basic 📄 Hinako.K				12:30~13:30 Hip&Leg 📄 Kayan.C	12:30~13:30 Waist 📄 Megumi.Y		12:30~13:30 Basic 📄 Hinako.K	
13:30									
15:00									
17:00									
18:00	18:00~19:00 Basic 📄 Hinako.K				18:00~19:00 Basic 📄 Hinako.K	18:00~19:00 Hip&Leg 📄 Natsuho		18:00~19:00 Back&Arm 📄 Natsuho	18:00~19:00 Basic 📄 Hinako.K
19:30									
20:30	20:30~21:30 Hip&Leg 📄 Kayan.C				20:30~21:30 Back&Arm 📄 Natsuho	20:30~21:30 Stretch&Conditioning 📄 Megumi.Y		20:30~21:30 Basic 📄 Hinako.K	20:30~21:30 Waist 📄 Megumi.Y

	11月9日(土)	11月10日(日)	11月11日(月)	11月12日(火)	11月13日(水)	11月14日(木)	11月15日(金)	
10:30	10:30~11:30 Waist 📄 Megumi.Y	10:30~11:30 Hip&Leg 📄 Natsuho	close	10:30~11:30 Basic 📄 Hinako.K	10:30~11:30 Back&Arm 📄 Kayan.C		10:30~11:30 Basic 📄 Natsuho	
12:00	12:30~13:30 Basic 📄 Hinako.K	12:30~13:30 Stretch&Conditioning 📄 Megumi.Y		12:30~13:30 Back&Arm 📄 Kayan.C	12:30~13:30 Basic 📄 Hinako.K		12:30~13:30 Hip&Leg 📄 Natsuho	
13:30								
15:00	14:30~15:30 Back&Arm 📄 Kayan.C	14:30~15:30 Basic 📄 Hinako.K						
17:00	17:00~18:00 Basic 📄 Hinako.K	16:30~17:30 Back&Arm 📄 Kayan.C						
18:00				18:00~19:00 Hip&Leg 📄 Natsuho	18:00~19:00 Waist 📄 Megumi.Y		18:00~19:00 Basic 📄 Natsuho	18:00~19:00 Back&Arm 📄 Kayan.C
19:30								
20:30				20:30~21:30 Basic 📄 Natsuho	20:30~21:30 Hip&Leg 📄 Natsuho		20:30~21:30 Stretch&Conditioning 📄 Megumi.Y	20:30~21:30 Basic 📄 Hinako.K

- ・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。



pilates

pilates K 大津テラス店 Lesson Schedule

2024/11/16~2024/11/30

	11月16日(土)	11月17日(日)	11月18日(月)	11月19日(火)	11月20日(水)	11月21日(木)	11月22日(金)	11月23日(土)	
10:30	10:30~11:30 Hip&Leg 📄 Natsuho	10:30~11:30 Basic 📄 Hinako.K	close	10:30~11:30 Hip&Leg 📄 Kayan.C	10:30~11:30 Basic 📄 Hinako.K		10:30~11:30 Stretch&Conditioning 📄 Megumi.Y	10:30~11:30 Back&Arm 📄 Kayan.C	
12:00	12:00~13:00 Basic 📄 Hinako.K	12:00~13:00 Hip&Leg 📄 Kayan.C		12:30~13:30 Back&Arm 📄 Natsuho	12:30~13:30 Hip&Leg 📄 Natsuho		12:30~13:30 Hip&Leg 📄 Natsuho	12:00~13:00 Basic 📄 Kayan.C	
13:30	13:30~14:30 Back&Arm 📄 Natsuho	13:30~14:30 Basic 📄 Hinako.K		15:00~16:00 Basic 📄 Hinako.K	15:00~16:00 Back&Arm 📄 Kayan.C		13:30~14:30 Basic 📄 Hinako.K	15:00~16:00 Hip&Leg 📄 Natsuho	
17:00	17:30~18:30 Hip&Leg 📄 Kayan.C			18:00~19:00 Basic 📄 Hinako.K	18:00~19:00 Stretch&Conditioning 📄 Megumi.Y		18:00~19:00 Basic 📄 Natsuho	18:00~19:00 Hip&Leg 📄 Kayan.C	17:30~18:30 Back&Arm 📄 Natsuho
18:00				19:30~20:30 Waist 📄 Megumi.Y	19:30~20:30 Back&Arm 📄 Kayan.C		19:30~20:30 Waist 📄 Megumi.Y	19:30~20:30 Back&Arm 📄 Kayan.C	
19:30				21:00~22:00 Basic 📄 Hinako.K	21:00~22:00 Waist 📄 Megumi.Y		21:00~22:00 Hip&Leg 📄 Natsuho	21:00~22:00 Basic 📄 Hinako.K	
20:30									

	11月24日(日)	11月25日(月)	11月26日(火)	11月27日(水)	11月28日(木)	11月29日(金)	11月30日(土)	
10:30	10:30~11:30 Waist 📄 Megumi.Y	close	10:30~11:30 Basic 📄 Hinako.K	10:30~11:30 Waist 📄 Megumi.Y		10:30~11:30 Basic 📄 Kayan.C	10:30~11:30 Hip&Leg 📄 Kayan.C	
12:00	12:00~13:00 Basic 📄 Natsuho		12:30~13:30 Stretch&Conditioning 📄 Megumi.Y	12:30~13:30 Back&Arm 📄 Kayan.C		12:00~13:00 Waist 📄 Megumi.Y		
13:30	13:30~14:30 Back&Arm 📄 Natsuho		18:00~19:00 Hip&Leg 📄 Kayan.C	18:00~19:00 Basic 📄 Hinako.K		18:00~19:00 Waist 📄 Megumi.Y	18:00~19:00 Basic 📄 Natsuho	13:30~14:30 Basic 📄 Natsuho
15:00	15:00~16:00 Basic 📄 Hinako.K		19:30~20:30 Waist 📄 Megumi.Y	19:30~20:30 Hip&Leg 📄 Natsuho		19:30~20:30 Basic 📄 Hinako.K	19:30~20:30 Back&Arm 📄 Natsuho	15:00~16:00 Back&Arm 📄 Natsuho
17:00			21:00~22:00 Back&Arm 📄 Kayan.C	21:00~22:00 Basic 📄 Hinako.K		21:00~22:00 Stretch&Conditioning 📄 Megumi.Y	21:00~22:00 Waist 📄 Megumi.Y	17:30~18:30 Basic 📄 Hinako.K
18:00								
19:30								
20:30								

STUDIO INFO

☎専用ダイヤル：0570-050-055

受付時間：9:00~18:00

※上記受付時間外はお電話でのご予約は承っておりません。インターネットからのご予約をご利用下さい(24時間受付)