

PilatesK 奈良大安寺店【4月1日～4月8日スケジュール】

2025年3月15日更新

04/01	04/02	04/03	04/04	04/05	04/06	04/07	04/08
火	水	木	金	土	日	月	火
10:30~11:30 Hip&Leg Kanao.Y	10:30~11:30 Body Balance Kanao.Y		10:30~11:30 Back&Arm Ayano.M	10:30~11:30 Basic Chika.U	10:30~11:30 Back&Arm Lin	close	10:30~11:30 Hip&Leg Kanao.Y
12:30~13:30 Basic Akane.S	12:30~13:30 Back&Arm Mei.h		12:30~13:30 Basic Chika.U	12:00~13:00 Pilates Barre Lin	12:30~13:30 Basic Chika.U		12:30~13:30 Back&Arm Kanao.Y
				13:30~14:30 Basic Chika.U	14:30~15:30 Pilates Barre Lin		
				15:00~16:00 Shape up Waist Lin	16:30~17:30 Stretch & Conditioning Maho.T		
				17:30~18:30 Jump to Burn Lin			
18:00~19:00 Jump to Burn Lin	18:00~19:00 Basic Chika.U	18:00~19:00 Back&Arm Kanao.Y	18:00~19:00 Hip&Leg Kanao.Y				18:00~19:00 Shape up Waist Lin
19:30~20:30 Basic Chika.U	19:30~20:30 Waist Kanao.Y	19:30~20:30 Waist Lin	19:30~20:30 Shape up Waist Lin				19:30~20:30 Basic Chika.U
21:00~22:00 Waist Lin	21:00~22:00 Basic Chika.U	21:00~22:00 Back&Arm Kanao.Y	21:00~22:00 Body Balance Kanao.Y				21:00~22:00 Pilates Barre Lin

PilatesK 奈良大安寺店【4月9日～4月16日スケジュール】

04/09	04/10	04/11	04/12	04/13	04/14	04/15	04/16
水	木	金	土	日	月	火	水
10:30~11:30 Back&Arm Lin		10:30~11:30 Basic Maho.T	10:30~11:30 Jump to Burn Lin	10:30~11:30 Basic Chika.U	close	10:30~11:30 Back&Arm Kanao.Y	10:30~11:30 Hip&Leg Kanao.Y
12:30~13:30 Jump to Burn Lin		12:30~13:30 Stretch & Conditioning Maho.T	12:00~13:00 Basic Chika.U	12:30~13:30 Waist Kanao.Y		12:30~13:30 Hip&Leg Kanao.Y	12:30~13:30 Body Balance Kanao.Y
			13:30~14:30 Waist Lin	14:30~15:30 Basic Chika.U			
			15:00~16:00 Pilates Barre Lin	16:30~17:30 Body Balance Kanao.Y			
			17:30~18:30 Basic Chika.U				
18:00~19:00 Waist Kanao.Y	18:00~19:00 Body Balance Kanao.Y	18:00~19:00 Hip&Leg Kanao.Y				18:00~19:00 Shape up Waist Lin	18:00~19:00 Stretch & Conditioning Maho.T
19:30~20:30 Basic Chika.U	19:30~20:30 Pilates Barre Lin	19:30~20:30 Basic Chika.U				19:30~20:30 Waist Lin	19:30~20:30 Pilates Barre Lin
21:00~22:00 Hip&Leg Kanao.Y	21:00~22:00 Back&Arm Kanao.Y	21:00~22:00 Waist Kanao.Y				21:00~22:00 Basic Chika.U	21:00~22:00 Basic Maho.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4回に制限されます。

PilatesK 奈良大安寺店【4月17日～24日スケジュール】

2025年3月15日更新

04/17	04/18	04/19	04/20	04/21	04/22	04/23	04/24
木	金	土	日	月	火	水	木
	10:30~11:30 Body Balance Lin	10:30~11:30 Basic Chika.U	10:30~11:30 Waist Kanao.Y	close	10:30~11:30 Pilates Barre Lin	10:30~11:30 Back&Arm Kanao.Y	
	12:30~13:30 Jump to Burn Lin	12:00~13:00 Waist Kanao.Y	12:30~13:30 Basic Chika.U		12:30~13:30 Shape up Waist Lin	12:30~13:30 Hip&Leg Kanao.Y	
		13:30~14:30 Basic Chika.U	14:30~15:30 Back&Arm Kanao.Y				
		15:00~16:00 Hip&Leg Kanao.Y	16:30~17:30 Basic Chika.U				
		17:30~18:30 Body Balance Kanao.Y					
18:00~19:00 Body Balance Kanao.Y	18:00~19:00 Back&Arm Kanao.Y				18:00~19:00 Back&Arm Kanao.Y	18:00~19:00 Waist Lin	18:00~19:00 Basic Chika
19:30~20:30 Stretch & Conditioning Maho.T	19:30~20:30 Basic Chika.U				19:30~20:30 Body Balance Kanao.Y	19:30~20:30 Shape up Waist Lin	19:30~20:30 Jump to Burn Lin
21:00~22:00 Back&Arm Kanao.Y	21:00~22:00 Hip&Leg Kanao.Y				21:00~22:00 Basic Chika.U	21:00~22:00 Basic Chika.U	21:00~22:00 Waist Lin

PilatesK 奈良大安寺店【4月25日～4月30日スケジュール】

04/25	04/26	04/27	04/28	04/29	04/30
金	土	日	月	火	水
10:30~11:30 Hip&Leg Kanao.Y	10:30~11:30 Back&Arm Kanao.Y	10:30~11:30 Basic Chika.U	close	10:30~11:30 Shape up Waist Lin	10:30~11:30 Basic Chika.U
12:30~13:30 Body Balance Kanao.Y	12:00~13:00 Basic Chika.U	12:30~13:30 Pilates Barre Lin		12:00~13:00 Basic Chika.U	12:30~13:30 Jump to Burn Lin
	13:30~14:30 Waist Kanao.Y	14:30~15:30 Basic Chika.U		13:30~14:30 Pilates Barre Lin	
	15:00~16:00 Basic Chika.U	16:30~17:30 Jump to Burn Lin		15:00~16:00 Hip&Leg Kanao.Y	
	17:30~18:30 Hip&Leg Kanao.Y			17:30~18:30 Back&Arm Kanao.Y	
18:00~19:00 Jump to Burn Lin					18:00~19:00 Basic Chika.U
19:30~20:30 Basic Chika.U					19:30~20:30 Pilates Barre Lin
21:00~22:00 Hip&Leg Lin					21:00~22:00 Hip&Leg Kanao.Y

：体験可能レッスン
 今月も一緒にピラティスを楽しみましょう！
 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）