



pilates

pilates K NU茶屋町店 Lesson Schedule

更新日2019/8/1

2019/8/1~2019/8/15

	8月1日(木)	8月2日(金)	8月3日(土)	8月4日(日)	8月5日(月)	8月6日(火)	8月7日(水)	8月8日(木)	
10:00	10:00~11:00 Basic yuna	10:00~11:00 Back&Arm nami	10:00~11:00 Hip&Leg Eri	10:00~11:00 Basic Eri	close	10:00~11:00 Basic Mizuki	10:00~11:00 Basic Mizuki	10:00~11:00 Waist manaka	
11:30	11:30~12:30 Hip&Leg Mei	11:30~12:30 Basic Manaka	11:30~12:30 Waist Manaka	11:30~12:30 Back&Arm nami		11:30~12:30 Basic yuna	11:30~12:30 Strech&Conditioning yuna	11:30~12:30 Basic yuna	
13:00			13:00~14:00 Basic Eri	13:00~14:00 Strech&Conditioning Mizuki		13:00~14:00 Hip&Leg Mei		13:00~14:00 Basic Eri	
14:30			15:30~16:30 Back&Arm nami	15:30~16:30 Basic yuna		17:00~18:00 Basic yuna		17:00~18:00 Hip&Leg Mei	
17:00			17:30~18:30 Back&Arm nami	17:30~18:30 Hip&Leg Mei		19:00~20:00 Waist Eri		19:00~20:00 Basic Mizuki	20:30~21:30 Strech&Conditioning yuna
18:00			19:00~20:00 Waist Eri	20:30~21:30 Basic Mizuki		20:30~21:30 Basic Mizuki		20:30~21:30 Basic Mizuki	
19:30	19:00~20:00 Waist Eri	19:00~20:00 Basic Mizuki	19:00~20:00 Basic Mizuki	19:00~20:00 Basic Mizuki		19:00~20:00 Basic Mizuki	19:00~20:00 Basic Mizuki	19:00~20:00 Hip&Leg Mei	
21:00	20:30~21:30 Basic Mizuki	20:30~21:30 Strech&Conditioning yuna	20:30~21:30 Basic Mizuki	20:30~21:30 Basic Mizuki		20:30~21:30 Basic Mizuki	20:30~21:30 Hip&Leg Mei	20:30~21:30 Basic Mizuki	

	8月9日(金)	8月10日(土)	8月11日(日)	8月12日(月)	8月13日(火)	8月14日(水)	8月15日(木)	
10:00	10:00~11:00 Basic Manaka	10:00~11:00 Hip&Leg Mei	10:00~11:00 Basic yuna	close	10:00~11:00 Waist Manaka	10:00~11:00 Basic Mizuki	10:00~11:00 Back&Arm nami	
11:30	11:30~12:30 Back&Arm nami	11:30~12:30 Basic yuna	11:30~12:30 Hip&Leg Mei		11:30~12:30 Basic Mizuki	11:30~12:30 Waist Eri	11:30~12:30 Basic Mizuki	
13:00	13:00~14:00 Basic Manaka	13:00~14:00 Waist Eri	13:00~14:00 Strech&Conditioning Mizuki		13:00~14:00 Hip&Leg Mei	13:00~14:00 Basic Manaka		
14:30		15:30~16:30 Basic yuna	15:30~16:30 Waist Manaka		17:00~18:00 Basic Mizuki	19:00~20:00 Basic Eri	19:00~20:00 Hip&Leg Mei	19:00~20:00 Basic Manaka
17:00		17:00~18:00 Back&Arm nami	17:00~18:00 Basic Mizuki		20:30~21:30 Basic Mizuki	20:30~21:30 Basic Mizuki	20:30~21:30 Basic Mizuki	20:30~21:30 Strech&Conditioning yuna
18:00		19:00~20:00 Strech&Conditioning Mizuki	19:00~20:00 Basic Mizuki		19:00~20:00 Basic Mizuki	19:00~20:00 Basic Mizuki	19:00~20:00 Basic Mizuki	19:00~20:00 Basic Mizuki
19:30		20:30~21:30 Basic Eri	20:30~21:30 Basic Eri		20:30~21:30 Basic Eri	20:30~21:30 Basic Eri	20:30~21:30 Basic Eri	20:30~21:30 Basic Eri
21:00	20:30~21:30 Basic Eri	20:30~21:30 Basic Eri	20:30~21:30 Basic Eri		20:30~21:30 Basic Eri	20:30~21:30 Basic Eri	20:30~21:30 Basic Eri	20:30~21:30 Basic Eri

・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 K NU茶屋町店 Lesson Schedule

2019/8/16～2019/8/31

	8月16日 (金)	8月17日 (土)	8月18日 (日)	8月19日 (月)	8月20日 (火)	8月21日 (水)	8月22日 (木)	8月23日 (金)	
10:00	10:00～11:00 Basic Manaka	10:00～11:00 Back&Arm nami	10:00～11:00 Basic Eri	close	10:00～11:00 Basic yuna	10:00～11:00 Strech&Conditioning Mizuki	10:00～11:00 Basic mizuki	10:00～11:00 Waist manaka	
11:30	11:30～12:30 Back&Arm nami	11:30～12:30 Basic Eri	11:30～12:30 Waist Manaka		11:30～12:30 Hip&Leg Mei	11:30～12:30 Basic Mei	11:30～12:30 Back&Arm nami	11:30～12:30 Basic nami	
13:00	13:00～14:00 Basic yuna	13:00～14:00 Strech&Conditioning yuna	13:00～14:00 Basic Mei				13:00～14:00 Waist Manaka	13:00～14:00 Basic Mei	
14:30									
		15:30～16:30 Basic Mizuki	15:30～16:30 Hip&Leg Eri						
17:00		17:00～18:00 Waist Eri	17:00～18:00 Basic Mizuki						
18:00						17:30～18:30 Basic Mizuki			17:30～18:30 Basic Manaka
19:30	19:00～20:00 Basic Eri					19:00～20:00 Waist Manaka	19:00～20:00 Basic yuna	19:00～20:00 Hip&Leg Mei	19:00～20:00 Strech&Conditioning yuna
21:00	20:30～21:30 Hip&Leg Mei				20:30～21:30 Basic nami	20:30～21:30 Back&Arm nami	20:30～21:30 Basic yuna	20:30～21:30 Basic Eri	

	8月24日 (土)	8月25日 (日)	8月26日 (月)	8月27日 (火)	8月28日 (水)	8月29日 (木)	8月30日 (金)	8月31日 (土)
10:00	10:00～11:00 Back&Arm nami	10:00～11:00 Waist Manaka	close	10:00～11:00 Basic Eri	10:00～11:00 Waist Eri	10:00～11:00 Back&Arm Eri	10:00～11:00 Basic Manaka	10:00～11:00 Hip&Leg Mei
11:30	11:30～12:30 Basic Manaka	11:30～12:30 Hip&Leg Mei		11:30～12:30 Basic Mei	11:30～12:30 Hip&Leg Mei	11:30～12:30 Basic nami	11:30～12:30 Back&Arm nami	11:30～12:30 Strech&Conditioning yuna
13:00	13:00～14:00 Waist Eri	13:00～14:00 Basic Manaka		13:00～14:00 Back&Arm nami	13:00～14:00 Basic nami	13:00～14:00 Basic Eri		13:00～14:00 Basic Manaka
14:30								
	15:30～16:30 Basic nami	15:30～16:30 Strech&Conditioning yuna						15:30～16:30 Waist Eri
17:00	17:00～18:00 Hip&Leg Mei	17:00～18:00 Basic Mei						17:00～18:00 Basic yuna
18:00							17:30～18:30 Basic Manaka	
19:30					19:00～20:00 Hip&Leg Mei	19:00～20:00 Basic Eri	19:00～20:00 Waist Manaka	19:00～20:00 Strech&Conditioning yuna
21:00				20:30～21:30 Basic nami	20:30～21:30 Back&Arm nami	20:30～21:30 Basic Mei	20:30～21:30 Hip&Leg Mei	

STUDIO INFO

☎専用ダイヤル：0570-050-055

受付時間：平日/土曜8:30-21:00 日曜/祝日8:30-19:00

※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)