



pilates

pilates K なんば店 Lesson Schedule

更新日2020/6/15

2020/7/1~2020/7/15

	7月1日(水)	7月2日(木)	7月3日(金)	7月4日(土)	7月5日(日)	7月6日(月)	7月7日(火)	7月8日(水)
10:00						close		
10:30~11:30	Strech&Conditioning Aya		10:30~11:30 Pilates Workout Isa	10:30~11:30 Back&Arm Aina	10:30~11:30 Waist Aya		10:30~11:30 Strech&Conditioning Aina	10:30~11:30 Basic 未定
11:30	12:00~13:00 Hip&Leg Isa		12:00~13:00 Basic Aina	12:00~13:00 Strech&Conditioning Aya	12:00~13:00 Jump to burn Isa		12:00~13:00 Back&Arm Aina	12:00~13:00 Waist Aya
13:00	13:30~14:30 Waist Aya			13:30~14:30 Advance (members only) Aina	13:30~14:30 Basic Aya		13:30~14:30 Basic 未定	
				15:00~16:00 Waist Aya	15:00~16:00 Hip&Leg Isa			
				17:30~18:30 Basic Aya				
17:00								
18:00	18:00~19:00 Back&Arm Aina	18:00~19:00 Back&Arm Aina	18:00~19:00 Waist Aya				18:00~19:00 Basic 未定	18:00~19:00 Basic 未定
	19:00~20:00 Hip&Leg Isa	19:30~20:30 Basic Aya	19:30~20:30 Back&Arm Aina				19:00~20:00 Pilates Workout Isa	19:30~20:30 Jump to burn Isa
19:30	20:30~21:30 Back&Arm Aina	21:00~22:00 Waist Aina	21:00~22:00 Strech&Conditioning Aya				20:30~21:30 Basic 未定	21:00~22:00 Hip&Leg Isa
21:00								

	7月9日(木)	7月10日(金)	7月11日(土)	7月12日(日)	7月13日(月)	7月14日(火)	7月15日(水)
10:00		10:30~11:30 Waist Aya	10:30~11:30 Pre Basic Aya	10:30~11:30 Hip&Leg Isa	close	10:30~11:30 Basic 未定	10:30~11:30 Back&Arm Aya
11:30		12:00~13:00 Back&Arm Aina	12:00~13:00 Waist Aina	12:00~13:00 Basic 未定		12:00~13:00 Waist Aina	12:00~13:00 Basic 未定
13:00		13:30~14:30 Strech&Conditioning Aya	13:30~14:30 Back&Arm Aya	13:30~14:30 Pilates Workout Isa			13:30~14:30 Jump to burn Isa
			15:00~16:00 Basic 未定	15:00~16:00 Waist Aina			
			17:30~18:30 Advance (members only) Aina				
17:00							
18:00	18:00~19:00 Pilates Workout Isa	19:00~20:00 Basic Aina				18:00~19:00 Back&Arm Aina	19:00~20:00 Hip&Leg Isa
19:30	19:30~20:30 Back&Arm Aina	20:30~21:30 Jump to burn Isa				19:30~20:30 Basic 未定	20:30~21:30 Basic 未定
21:00	21:00~22:00 Hip&Leg Isa					21:00~22:00 Waist Aya	

- ・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 なんば店 Lesson Schedule

2020/7/16～2020/7/31

	7月16日(木)	7月17日(金)	7月18日(土)	7月19日(日)	7月20日(月)	7月21日(火)	7月22日(水)	7月23日(木)	
10:00					close				
11:30		10:30～11:30 Basic 未定	10:30～11:30 Strech&Conditioning Aya	10:30～11:30 Jump to burn Isa		10:30～11:30 Back&Arm Aina	10:30～11:30 Waist Aina	10:30～11:30 Basic 未定	
13:00		12:00～13:00 Waist Aina	12:00～13:00 Pilates Workout Isa	12:00～13:00 Back&Arm Aina		12:00～13:00 Basic 未定	12:00～13:00 Strech&Conditioning Aya	12:00～13:00 Jump to burn Isa	
			13:30～14:30 Basic 未定	13:30～14:30 Hip&Leg Isa		13:30～14:30 Advance (members only) Aina		13:30～14:30 Waist Aina	
			15:00～16:00 Hip&Leg Isa	15:00～16:00 Basic 未定				15:00～16:00 Hip&Leg Isa	
17:00			17:30～18:30 Waist Aina					17:30～18:30 Back&Arm Aya	
18:00		18:00～19:00 Hip&Leg Isa	18:00～19:00 Back&Arm Aya				19:00～20:00 Back&Arm Aya	18:00～19:00 Hip&Leg Isa	
19:30		19:30～20:30 Strech&Conditioning Aya	19:30～20:30 Hip&Leg Isa				20:30～21:30 Basic 未定	19:30～20:30 Basic Aya	
21:00		21:00～22:00 Waist Isa	21:00～22:00 Basic 未定					21:00～22:00 Pilates Workout Isa	

	7月24日(金)	7月25日(土)	7月26日(日)	7月27日(月)	7月28日(火)	7月29日(水)	7月30日(木)	7月31日(金)
10:00				close				
11:30	10:30～11:30 Strech&Conditioning Aya	10:30～11:30 Waist Aina	10:30～11:30 Basic 未定		10:30～11:30 Hip&Leg Isa	10:30～11:30 Basic 未定	10:30～11:30 Back&Arm Aya	
13:00	12:00～13:00 Back&Arm Aina	12:00～13:00 Basic 未定	12:00～13:00 Hip&Leg Isa		12:00～13:00 Strech&Conditioning Aya	12:00～13:00 Waist Aina	12:00～13:00 Hip&Leg Isa	
	13:30～14:30 Pre Basic Aya	13:30～14:30 Hip&Leg Isa	13:30～14:30 Back&Arm Aya			13:30～14:30 Back&Arm Aya		
	15:00～16:00 Waist Aina	15:00～16:00 Strech&Conditioning Aya	15:00～16:00 Pilates Workout Isa					
17:00								
	17:30～18:30 Basic 未定	17:30～18:30 Jump to burn Isa						
18:00					18:00～19:00 Jump to burn Isa	19:00～20:00 Advance (members only) Aina	18:00～19:00 Waist Aina	18:00～19:00 Strech&Conditioning Aina
19:30					19:30～20:30 Basic 未定	20:30～21:30 Hip&Leg Isa	19:30～20:30 Pilates Workout Isa	19:30～20:30 Hip&Leg Isa
21:00					21:00～22:00 Back&Arm Aina		21:00～22:00 Basic Aina	21:00～22:00 Waist Aina

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客様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)