



pilates

pilates K なんば店 Lesson Schedule

更新日2020/9/2

2020/9/1~2020/9/15

	9月1日(火)	9月2日(水)	9月3日(木)	9月4日(金)	9月5日(土)	9月6日(日)	9月7日(月)	9月8日(火)
10:00							close	
	10:30~11:30 Jump to burn Lee	10:30~11:30 Basic Jyuli		10:30~11:30 Back&Arm Aina	10:30~11:30 Strech&Conditioning Rika	10:30~11:30 Basic Jyuli		10:30~11:30 Waist Lee
11:30	12:00~13:00 Basic Jyuli	12:00~13:00 Waist Aina		12:00~13:00 Hip&Leg special Rika	12:00~13:00 Waist Aina	12:00~13:00 Advance(members only) Aina		12:00~13:00 Hip&Leg special Rika
13:00		13:30~14:30 Back&Arm Aina			13:30~14:30 Jump to burn Lee	13:30~14:30 Basic Jyuli		13:30~14:30 Pilates Workout Lee
					15:00~16:00 Basic Jyuli	15:00~16:00 Waist Aina		
17:00					17:30~18:30 Hip&Leg special Lee			
18:00	18:00~19:00 Hip&Leg special Rika	19:00~20:00 Hip&Leg special Rika	18:00~19:00 Waist Rika	18:00~19:00 Jump to burn Lee				19:00~20:00 Basic Jyuli
19:30	19:30~20:30 Back&Arm Aina	20:30~21:30 Pilates Workout Lee	19:30~20:30 Pilates Workout Lee	19:30~20:30 Basic Jyuli				20:30~21:30 Back&Arm Aina
21:00	21:00~22:00 Waist Rika	Strech&Conditioning Rika	21:00~22:00 Basic Rika	21:00~22:00 Waist Lee				

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

- ・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

2020/9/16~2020/9/31

	9月16日(水)	9月17日(木)	9月18日(金)	9月19日(土)	9月20日(日)	9月21日(月)	9月22日(火)	9月23日(水)
10:00						close		
	10:30~11:30 Back&Arm Aina		10:30~11:30 Basic Jyuli	10:30~11:30 Waist Rika	10:30~11:30 Hip&Leg special Jyuli		10:30~11:30 Body Balance Rika	10:30~11:30 Waist Aina
11:30	12:00~13:00 Basic Jyuli		12:00~13:00 Pilates Workout Lee	12:00~13:00 Hip&Leg special jyuli	12:00~13:00 Waist Rika		12:00~13:00 Jump to burn Aina	12:00~13:00 Hip&Leg special Rika
13:00	13:30~14:30 Strech&Conditioning Aina			13:30~14:30 Jump to burn Lee	13:30~14:30 Basic jyuli		13:30~14:30 Basic Jyuli	
				15:00~16:00 Body Balance Rika	15:00~16:00 Back&Arm Rika		15:00~16:00 Waist Rika	
17:00				17:30~18:30 Basic Jyuli			17:30~18:30 Hip&Leg special Jyuli	
18:00	18:00~19:00 Basic Lee	18:00~19:00 Basic Lee	18:00~19:00 Waist Aina					18:00~19:00 Pilates Workout Lee
19:30	19:00~20:00 Body Balance Lee	19:30~20:30 Hip&Leg special Lee	19:30~20:30 Back&Arm Rika					19:30~20:30 Basic Jyuli
	20:30~21:30 Waist Rika	21:00~22:00 Advance(members only) Aina	21:00~22:00 Strech&Conditioning Aina					21:00~22:00 Back&Arm Lee

	9月24日(木)	9月25日(金)	9月26日(土)	9月27日(日)	9月28日(月)	9月29日(火)	9月30日(水)
10:00					close		
		10:30~11:30 Hip&Leg special Lee	10:30~11:30 Back&Arm Aina	10:30~11:30 Jump to burn Lee		10:30~11:30 Basic Jyuli	10:30~11:30 Hip&Leg special Jyuli
11:30		12:00~13:00 Advance(members only) Aina	12:00~13:00 Basic Rika	12:00~13:00 Waist Aina		12:00~13:00 Pilates Workout Lee	12:00~13:00 Back&Arm Aina
13:00		13:30~14:30 Basic Jyuli	13:30~14:30 Jump to burn Lee	13:30~14:30 Hip&Leg special Lee			13:30~14:30 Basic Jyuli
			15:00~16:00 Hip&Leg special Jyuli	15:00~16:00 Basic Aina			
17:00			17:30~18:30 Body Balance Lee				
18:00	18:00~19:00 Basic Jyuli	19:00~20:00 Back&Arm Rika				18:00~19:00 Body Balance Rika	19:00~20:00 Waist Rika
19:30	19:30~20:30 Body Balance Rika	20:30~21:30 Waist Rika				19:30~20:30 Basic Aina	20:30~21:30 Pilates Workout Lee
21:00	21:00~22:00 Hip&Leg special Jyuli					21:00~22:00 Back&Arm Rika	

STUDIO INFO

☎専用ダイヤル：0570-050-055

受付時間：平日/土日祝 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）