



pilates

pilates K NU茶屋町店 Lesson Schedule

更新日2020/8/22

2020/8/1~2020/8/15

	8月1日 (土)	8月2日 (日)	8月3日 (月)	8月4日 (火)	8月5日 (水)	8月6日 (木)	8月7日 (金)	8月8日 (土)	
10:00			close						
	10:30~11:30 Waist nami	10:30~11:30 Basic Mayu			10:30~11:30 Hip&Leg Mei	10:30~11:30 Back&Arm Mei		10:30~11:30 Basic Mayu	10:30~11:30 Advance (members only) Mei
11:30	12:00~13:00 Basic Mayu	12:00~13:00 Jump to Burn Mei			12:00~13:00 Basic nami	12:00~13:00 Jump to Burn Mei		12:00~13:00 Strech&Conditioning Fuki	12:00~13:00 Basic Mayu
13:00	13:30~14:30 Hip&Leg nami	13:30~14:30 Basic Fuki			13:30~14:30 Back&Arm Mei			13:30~14:30 Basic Mayu	13:30~14:30 Waist Mei
14:30	15:00~16:00 Basic Mayu	15:00~16:00 Waist Mei							15:00~16:00 Hip&Leg nami
17:00									
18:00	17:30~18:30 Strech&Conditioning Fuki					17:30~18:30 Basic Fuki	17:30~18:30 Basic Mayu		17:30~18:30 Back&Arm nami
19:30					19:00~20:00 Strech&Conditioning Fuki	19:00~20:00 Basic Mayu	19:00~20:00 Hip&Leg Mei	19:00~20:00 Waist nami	
21:00					20:30~21:30 Basic Mayu	20:30~21:30 Strech&Conditioning Fuki	20:30~21:30 Basic Fuki	20:30~21:30 Jump to Burn Mei	

	8月9日 (日)	8月10日 (月)	8月11日 (火)	8月12日 (水)	8月13日 (木)	8月14日 (金)	8月15日 (土)	
10:00		close						
	10:30~11:30 Basic Fuki		10:30~11:30 Back&Arm nami	10:30~11:30 Hip&Leg Mei		10:30~11:30 Strech&Conditioning Fuki	10:30~11:30 Basic Fuki	
11:30	12:00~13:00 Waist nami		12:00~13:00 Jump to Burn Mei	12:00~13:00 Basic nami		12:00~13:00 Basic Mayu	12:00~13:00 Hip&Leg Lee	
13:00	13:30~14:30 Hip&Leg Mei			13:30~14:30 Waist Mei			13:30~14:30 Back&Arm nami	
14:30	15:00~16:00 Basic nami						15:00~16:00 Pilates Workout Lee	
17:00								
18:00				17:30~18:30 Waist Mei		17:30~18:30 Strech&Conditioning Fuki	17:30~18:30 Basic Fuki	17:30~18:30 Waist nami
19:30				19:00~20:00 Basic Mayu	19:00~20:00 Hip&Leg nami	19:00~20:00 Basic Mayu	19:00~20:00 Waist Mei	
21:00				20:30~21:30 Basic Mayu	20:30~21:30 Basic Mayu	20:30~21:30 Back&Arm nami	20:30~21:30 Advance (members only) Mei	

・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 NU茶屋町店 Lesson Schedule

2020/8/16～2020/8/30

	8月16日 (日)	8月17日 (月)	8月18日 (火)	8月19日 (水)	8月20日 (木)	8月21日 (金)	8月22日 (土)	8月23日 (日)
10:00		close						
	10:30～11:30 Waist		10:30～11:30 Basic nami	10:30～11:30 Basic Fuki		10:30～11:30 Hip&Leg Mei	10:30～11:30 Back&Arm Mei	10:30～11:30 Basic Mayu
11:30	未定							
	12:00～13:00 Back&Arm nami		12:00～13:00 Basic Mayu	12:00～13:00 Advance (members only) Mei		12:00～13:00 Basic Mayu	12:00～13:00 Strech&Conditioning nami	12:00～13:00 Hip&Leg nami
13:00	13:30～14:30 Basic Mayu		13:30～14:30 Hip&Leg nami			13:30～14:30 Back&Arm Mei	13:30～14:30 Waist 未定	13:30～14:30 Basic Fuki
14:30	15:00～16:00 Jump to Burn Mei						15:00～16:00 Advance (members only) Mei	15:00～16:00 Back&Arm nami
17:00								
18:00					17:30～18:30 Basic Mayu	17:30～18:30 Hip&Leg Mei	17:30～18:30 Basic Mayu	
19:30				19:00～20:00 Pilates Workout Lee	19:00～20:00 Back&Arm nami	19:00～20:00 Basic Mei	19:00～20:00 Basic Fuki	
21:00				20:30～21:30 Basic Fuki	20:30～21:30 Hip&Leg nami	20:30～21:30 Strech&Conditioning Fuki	20:30～21:30 Waist nami	

	8月24日 (月)	8月25日 (火)	8月26日 (水)	8月27日 (木)	8月28日 (金)	8月29日 (土)	8月30日 (日)	8月31日 (月)	
10:00	close							close	
		10:30～11:30 Waist 未定	10:30～11:30 Basic Mayu		10:30～11:30 Back&Arm Mei	10:30～11:30 Basic nami	10:30～11:30 Hip&Leg nami		
11:30									
		12:00～13:00 Hip&Leg nami	12:00～13:00 Jump to Burn Mei			12:00～13:00 Basic Mayu	12:00～13:00 Back&Arm Mayu		12:00～13:00 Basic Fuki
13:00				13:30～14:30 Basic Mayu			13:30～14:30 Strech&Conditioning Fuki		13:30～14:30 Pilates Workout Lee
14:30							15:00～16:00 Waist Mei		15:00～16:00 Basic Mayu
17:00									
18:00			17:30～18:30 Advance (members only) Mei		17:30～18:30 Basic Mayu	17:30～18:30 Waist 未定	17:30～18:30 Hip&Leg Mei		
19:30			19:00～20:00 Basic Mayu	19:00～20:00 Strech&Conditioning nami	19:00～20:00 Hip&Leg nami	19:00～20:00 Back&Arm nami			
21:00			20:30～21:30 Back&Arm Mei	20:30～21:30 Waist 未定	20:30～21:30 Jump to Burn Mei	20:30～21:30 Basic Fuki			

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)