



pilates

# pilates K NU茶屋町店 Lesson Schedule

更新日2020/8/15

## 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 Basic Mei	10:30~11:30 Waist Mei		10:30~11:30 Hip&Leg special Mei	10:30~11:30 Strech&Conditioning nami	10:30~11:30 Jump to Burn Mei		10:30~11:30 Back&Arm Mei
11:30	12:00~13:00 Back&Arm Eri	12:00~13:00 Basic Eri		12:00~13:00 Strech&Conditioning Fuki	12:00~13:00 Waist Fuki	12:00~13:00 Back&Arm Mei		12:00~13:00 Basic Fuki
13:00	13:30~14:30 Hip&Leg special Mei			13:30~14:30 Basic Mei	13:30~14:30 Advance (members only) Mei	13:30~14:30 Basic Fuki		
14:30					15:00~16:00 Basic Eri	15:00~16:00 Hip&Leg special nami		
17:00								
18:00		17:30~18:30 Basic Fuki	17:30~18:30 Waist nami		17:30~18:30 Basic Fuki			17:30~18:30 Hip&Leg special Mei
19:30	19:00~20:00 Waist nami	19:00~20:00 Back&Arm Eri	19:00~20:00 Basic Eri	19:00~20:00 Pilates Workout Eri				19:00~20:00 Basic Eri
21:00	20:30~21:30 Basic Fuki	20:30~21:30 Strech&Conditioning Fuki	20:30~21:30 Hip&Leg special nami	20:30~21:30 Basic Fuki				20:30~21:30 Waist Eri

	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 Strech&Conditioning Fuki		10:30~11:30 Basic Mei	10:30~11:30 Back&Arm Eri	10:30~11:30 Basic Mei		10:30~11:30 Waist Eri
11:30	12:00~13:00 Hip&Leg special Eri		12:00~13:00 Advance (members only) Eri	12:00~13:00 Basic Mei	12:00~13:00 Pilates Workout Eri		12:00~13:00 Basic Fuki
13:00	13:30~14:30 Basic Fuki			13:30~14:30 Basic nami	13:30~14:30 Hip&Leg special Mei		13:30~14:30 Hip&Leg special Eri
14:30				15:00~16:00 Strech&Conditioning Fuki	15:00~16:00 Basic Eri		
17:00							
18:00		17:30~18:30 Basic Fuki	17:30~18:30 Strech&Conditioning Fuki	17:30~18:30 Waist Mei			
19:30	19:00~20:00 Jump to Burn Mei	19:00~20:00 Hip&Leg special nami	19:00~20:00 Basic nami				19:00~20:00 Strech&Conditioning nami
21:00	20:30~21:30 Basic Eri	20:30~21:30 Back&Arm nami	20:30~21:30 Waist Fuki				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

2020/9/16~2020/9/30

	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	Basic Eri		10:30~11:30 Hip&Leg special nami	10:30~11:30 Basic nami	10:30~11:30 Waist Fuki		10:30~11:30 Strech&Conditioning Fuki	10:30~11:30 Body Balance Mei
11:30	12:00~13:00 Waist Fuki		12:00~13:00 Basic Eri	12:00~13:00 Pilates Workout Eri	12:00~13:00 Basic Eri		12:00~13:00 Hip&Leg special Eri	12:00~13:00 Basic Fuki
13:00			13:30~14:30 Waist nami	13:30~14:30 Hip&Leg special Mei	13:30~14:30 Body Balance Mei		13:30~14:30 Basic Mei	13:30~14:30 Hip&Leg special Mei
14:30				15:00~16:00 Basic nami	15:00~16:00 Back&Arm Eri			15:00~16:00 Jump to Burn Eri
17:00								
17:30~18:30	Back&Arm Mei		17:30~18:30 Waist Fuki		17:30~18:30 Strech&Conditioning Fuki			17:30~18:30 Waist Mei
18:00	19:00~20:00 Basic Eri		19:00~20:00 Body Balance Mei	19:00~20:00 Back&Arm Eri				
19:30	20:30~21:30 Hip&Leg special Mei		20:30~21:30 Basic Fuki	20:30~21:30 Jump to Burn Mei				19:00~20:00 Waist Eri
21:00								20:30~21:30 Basic nami

	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		10:30~11:30 Basic Eri	10:30~11:30 Advance (members only) Mei	10:30~11:30 Basic Fuki	close	10:30~11:30 Basic Fuki	10:30~11:30 Waist nami
11:30		12:00~13:00 Back&Arm Mei	12:00~13:00 Waist nami	12:00~13:00 Back&Arm nami		12:00~13:00 Strech&Conditioning nami	12:00~13:00 Basic Fuki
13:00			13:30~14:30 Basic Fuki	13:30~14:30 Strech&Conditioning Fuki		13:30~14:30 Waist Fuki	
14:30			15:00~16:00 Body Balance Mei	15:00~16:00 Hip&Leg special nami			
17:00		17:30~18:30 Basic nami	17:30~18:30 Back&Arm nami				17:30~18:30 Hip&Leg special Mei
18:00	17:30~18:30 Pilates Workout Eri	19:00~20:00 Strech&Conditioning Fuki					19:00~20:00 Basic Eri
19:30	19:00~20:00 Basic nami	20:30~21:30 Hip&Leg special nami				19:00~20:00 Back&Arm Eri	19:00~20:00 Basic Eri
21:00	20:30~21:30 Strech&Conditioning nami					20:30~21:30 Basic nami	20:30~21:30 Body Balance Mei

**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)