



pilates

pilates K なんば店 Lesson Schedule

更新日2020/10/6

2020/10/1~2020/10/15

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

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

2020/10/16~2020/10/31

	10月16日(金)	10月17日(土)	10月18日(日)	10月19日(月)	10月20日(火)	10月21日(水)	10月22日(木)	10月23日(金)	
10:00				close					
	10:30~11:30 Basic Yume	10:30~11:30 Back&Arm Aina	10:30~11:30 Body Balance Lee			10:30~11:30 Basic Aoi	10:30~11:30 Body Balance Lee		10:30~11:30 Basic Yume
11:30	12:00~13:00 Advance (members only) Aina	12:00~13:00 Waist Lee	12:00~13:00 Hip&Leg Aoi			12:00~13:00 Jump to burn Aina	12:00~13:00 Basic Aoi		12:00~13:00 Hip&Leg Aoi
13:00		13:30~14:30 Basic Aoi	13:30~14:30 Pilates Workout Lee				13:30~14:30 Waist Lee		13:30~14:30 Back&Arm Aoi
		15:00~16:00 Jump to burn Aina	15:00~16:00 Basic Aoi						
17:00		17:30~18:30 Hip&Leg Lee							
18:00	18:00~19:00 Basic Aoi					18:00~18:50 Peach Hip Lee		18:00~19:00 Hip&Leg Uki	
19:30	19:30~20:30 Body Balance Lee					19:30~20:30 Waist Yume	19:00~20:00 Basic Yume	19:30~20:30 Jump to burn Lee	19:00~20:00 Stretch&Conditioning Aina
21:00	21:00~22:00 Hip&Leg Aoi					21:00~22:00 Basic Lee	20:30~21:30 Back&Arm Aina	21:00~22:00 Basic Aoi	20:30~21:30 Pilates Workout Lee

	10月24日(土)	10月25日(日)	10月26日(月)	10月27日(火)	10月28日(水)	10月29日(木)	10月30日(金)	10月31日(土)	
10:00			close						
	10:30~11:20 Peach Hip Lee	10:30~11:30 Back&Arm Aina			10:30~11:30 Waist Yume	10:30~11:30 Basic Yume		10:30~11:30 Stretch&Conditioning Aina	10:30~11:30 Basic Aina
11:30	12:00~13:00 Back&Arm Aina	12:00~13:00 Waist Yume			12:00~13:00 Body Balance Lee	12:00~13:00 Jump to burn Aina		12:00~13:00 Hip&Leg Aoi	12:00~13:00 Pilates Workout Lee
13:00	13:30~14:30 Basic Yume	13:30~14:30 Jump to burn Aina			13:30~14:20 Peach Hip Lee				13:30~14:30 Waist Yume
	15:00~16:00 Pilates Workout Lee	15:00~16:00 Basic Yume							15:00~16:00 Back&Arm Aina
17:00	17:30~18:30 Waist Aina						18:00~19:00 Advance (members only) Aina		17:30~18:30 Basic Aoi
18:00					19:00~20:00 Back&Arm Aina	18:00~19:00 Basic Aoi	18:00~19:00 Advance (members only) Aina	18:00~19:00 Back&Arm Aoi	
19:30					20:30~21:30 Basic Aoi	19:30~20:30 Body Balance Lee	19:30~20:30 Basic Yume	19:30~20:20 Peach Hip Lee	
21:00						21:00~22:00 Hip&Leg Aoi	21:00~22:00 Waist Aina	21:00~22:00 Basic Yume	

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)