



pilates

# pilates K NU茶屋町店 Lesson Schedule

更新日2020/10/10

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

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

- ・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

2020/10/16～2020/10/30

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

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