



pilates

pilates K なんば店 Lesson Schedule

更新日2020/11/10

2020/11/1~2020/11/15

	11月1日(日)	11月2日(月)	11月3日(火)	11月4日(水)	11月5日(木)	11月6日(金)	11月7日(土)	11月8日(日)	
10:00	10:30~11:30 Hip&Leg special Rika	close	10:30~11:30 Back&Arm Rika	10:30~11:30 Basic Jyuli		10:30~11:30 Pilates Workout Lee	10:30~11:30 Waist Yume	10:30~11:30 Basic Jyuli	
11:30			12:00~13:00 Basic Yume	12:00~13:00 Hip&Leg special Jyuli		12:00~13:00 Basic Yume	12:00~13:00 Basic Yume	12:00~13:00 Back&Arm Rika	12:00~13:00 Advance (members only) Isa
13:00	13:30~14:30 Body Balance Rika		13:30~14:30 Strech&Conditioning Rika	13:30~14:30 Waist Yume				13:30~14:30 Basic Rika	13:30~14:30 Hip&Leg special Jyuli
	15:00~16:00 Waist Yume		15:00~16:00 Basic Jyuli						15:00~15:50 Peach Hip Lee
17:00			17:30~18:30 Hip&Leg special Jyuli						17:30~18:30 Basic Jyuli
18:00						19:00~20:00 Jump to burn Lee	18:00~19:00 Basic Lee	18:00~19:00 Body Balance Rika	
19:30						20:30~21:30 Basic Rika	19:30~20:30 Waist Yume	19:30~20:30 Basic jyuli	
21:00							21:00~21:50 Peach Hip Lee	21:00~22:00 Back&Arm Rika	

	11月9日(月)	11月10日(火)	11月11日(水)	11月12日(木)	11月13日(金)	11月14日(土)	11月15日(日)	
10:00	close	10:30~11:30 Basic Rika	10:30~11:20 Peach Hip Lee		10:30~11:30 Back&Arm Isa	10:30~11:30 Basic Rika	10:30~11:30 Waist Yume	
11:30		12:00~13:00 Body Balance Rika	12:00~13:00 Basic Yume		12:00~13:00 Basic Yume	12:00~13:00 Pilates Workout Lee	12:00~13:00 Strech&Conditioning Rika	
13:00		13:30~14:30 Hip&Leg special Lee				13:30~14:30 Advance (members only) Isa	13:30~14:30 Body Balance Rika	13:30~14:30 Basic Yume
							15:00~16:00 Basic Yume	15:00~16:00 Hip&Leg special Rika
17:00							17:30~18:30 Back&Arm Lee	
18:00			18:00~19:00 Back&Arm Rika		18:00~19:00 Hip&Leg special Lee			
19:30		19:00~20:00 Waist Yume	19:30~20:30 Basic Yume		19:30~20:30 Jump to burn Lee	19:00~19:50 Peach Hip Lee		
21:00		20:30~21:30 Pilates Workout Lee	21:00~22:00 Body Balance Rika		21:00~22:00 Basic Lee	20:30~21:30 Hip&Leg special 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

2020/11/16~2020/11/30

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

	11月24日(火)	11月25日(水)	11月26日(木)	11月27日(金)	11月28日(土)	11月29日(日)	11月30日(月)
10:00							close
11:30	10:30~11:30 Back&Arm Rika	10:30~11:30 Basic Jyuli		10:30~11:30 Hip&Leg special Lee	10:30~11:30 Body Balance Rika	10:30~11:30 Back&Arm Rika	
13:00	12:00~13:00 Basic Jyuli	12:00~13:00 Jump to burn Lee		12:00~13:00 Waist Yume	12:00~12:50 Peach Hip Lee	12:00~13:00 Waist Yume	
	13:30~14:30 Hip&Leg special Rika			13:30~14:30 Basic Lee	13:30~14:30 Strech&Conditioning Yume	13:30~14:30 Pilates Workout Lee	
17:00					15:00~16:00 Back&Arm Rika	15:00~16:00 Basic Jyuli	
18:00		18:00~19:00 Basic Rika	18:00~19:00 Waist Yume				
19:30	19:00~19:50 Peach Hip Lee	19:30~20:30 Waist Yume	19:30~20:30 Body Balance Rika	19:00~20:00 Basic Jyuli			
21:00	20:30~21:30 Basic Yume	21:00~22:00 Hip&Leg special Rika	21:00~22:00 Basic Yume	20:30~21:30 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)