



pilates

## pilates K NU茶屋町店 Lesson Schedule

更新日2020/11/15

2020/12/1~2020/12/15

	12月1日(火)	12月2日(水)	12月3日(木)	12月4日(金)	12月5日(土)	12月6日(日)	12月7日(月)	12月8日(火)
10:30							close	
	10:30~11:30 Body Balance Mei	10:30~11:30 Basic Eri		10:30~11:30 Strech&Conditioning Mayu	10:30~11:30 Basic Mayu	10:30~11:30 Back&Arm Mei		10:30~11:30 Basic Fuki
12:00	12:00~13:00 Basic Eri	12:00~13:00 Back&Arm Mayu		12:00~13:00 Jump to burn Mei	12:00~13:00 Waist spXmas Mei	12:00~13:00 Basic Fuki		12:00~13:00 Jump to burn Mei
13:30		13:30~14:30 Pilates Workout Eri			13:30~14:30 Basic Mayu	13:30~14:30 Jump to burn Mei		13:30~14:30 Hip&Leg Special Fuki
15:00					15:00~16:00 Hip&Leg Special Mei	15:00~16:00 Waist spXmas Fuki		
17:00								
18:00	17:30~18:30 Back&Arm Mayu		17:30~18:30 Waist spXmas Mei	17:30~18:30 Basic Eri	17:30~18:30 Body Balance Eri			
19:30	19:00~20:00 Basic Mayu	19:00~20:00 Basic Mayu	19:00~20:00 Advance (members only) Mei	19:00~20:00 Back&Arm Mei				19:00~19:50 Peach Hip Eri
21:00	20:30~21:30 Waist spXmas Eri	20:30~21:30 Hip&Leg Special Mei	20:30~21:30 Basic Mayu	20:30~21:20 Peach Hip Eri				20:30~21:30 Strech&Conditioning Mayu

	12月9日(水)	12月10日(木)	12月11日(金)	12月12日(土)	12月13日(日)	12月14日(月)	12月15日(火)
10:30						close	
	10:30~11:30 Advance (members only) Eri		10:30~11:30 Back&Arm Eri	10:30~11:30 Pilates Workout Eri	10:30~11:30 Basic Mayu		10:30~11:30 Back&Arm Mayu
12:00	12:00~13:00 Basic Fuki		12:00~13:00 Basic Mei	12:00~13:00 Basic Mayu	12:00~13:00 Waist spXmas Mei		12:00~13:00 Basic Fuki
13:30			13:30~14:30 Hip&Leg Special Eri	13:30~14:30 Jump to burn Eri	13:30~14:30 Back&Arm Mayu		
15:00				15:00~16:00 Basic Fuki	15:00~16:00 Body Balance Mei		
17:00							
18:00	17:30~18:30 Waist spXmas Mei	17:30~18:30 Basic Mayu		17:30~18:30 Hip&Leg Special Fuki			17:30~18:30 Basic Mayu
19:30	19:00~20:00 Hip&Leg Special Fuki	19:00~20:00 Back&Arm Mei	19:00~20:00 Basic Mayu				19:00~20:00 Pilates Workout Eri
21:00	20:30~21:30 Basic Mei	20:30~21:30 Body Balance Mayu	20:30~21:30 Waist spXmas Fuki				20:30~21:30 Hip&Leg Special Eri

・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

2020/12/16～2020/12/31

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

	12月24日(木)	12月25日(金)	12月26日(土)	12月27日(日)	12月28日(月)	12月29日(火)	12月30日(水)	12月31日(木)	
10:30					close		close	close	
		10:30～11:30 Basic	10:30～11:30 Back&Arm	10:30～11:30 Strech&Conditioning		10:30～11:30 Body Balance			10:30～11:30 Body Balance
12:00		Eri	Eri	Fuki		Mei			Mei
		12:00～13:00 Body Balance	12:00～13:00 Basic	12:00～13:00 Advance (members only)		12:00～13:00 Basic			12:00～13:00 Basic
13:30		Mayu	Mayu	Mei		Fuki			Fuki
		13:30～14:30 Waist spXmas	13:30～14:30 Hip&Leg Special	13:30～14:20 Peach Hip		13:30～14:30 Back&Arm			13:30～14:30 Back&Arm
15:00		Eri	Fuki	Eri		Mei			Mei
			15:00～16:00 Jump to burn	15:00～16:00 Basic		15:00～16:00 Hip&Leg Special			15:00～16:00 Hip&Leg Special
			Eri	Fuki		Fuki			Fuki
17:00									
18:00	17:30～18:30 Strech&Conditioning		17:30～18:30 Waist			17:30～18:30 Basic			
	Mayu		Fuki			Mayu			
19:30	19:00～19:50 Peach Hip	19:00～20:00 Basic							
	Mei	Fuki							
21:00	20:30～21:30 Basic	20:30～21:30 Hip&Leg Special							
	Mayu	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）