



pilates

pilates K なんば店 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	10:30~11:30 Basic Lee	10:30~11:30 Back&Arm Aina		10:30~11:30 Pilates Workout Lee	10:30~11:20 Peach Hip Lee	10:30~11:30 Hip&Leg Special AOI	close	10:30~11:30 Body Balance Lee
12:00	12:00~13:00 Jump To Burn Aina	12:00~13:00 Waist spXmas Lee		12:00~13:00 Body Balance Lee	12:00~13:00 Basic AOI	12:00~13:00 Strech&Conditioning Aina		12:00~13:00 Basic Jyuli
13:30		13:30~14:30 Strech&Conditioning Aina			13:30~14:30 Hip&Leg Special Jyuli	13:30~14:30 Basic AOI		13:30~14:30 Back&Arm AOI
15:00					15:00~16:00 Back&Arm AOI	15:00~16:00 Advance (members only) Aina		
17:00					17:30~18:30 Basic Jyuli			
18:00	18:00~19:00 Hip&Leg Special Lee		18:00~19:00 Strech&Conditioning Aina	18:00~19:00 Basic Lee				
19:30	19:30~20:30 Waist spXmas Aina	19:00~20:00 Basic Aina	19:30~20:20 Peach Hip Lee	19:30~20:30 Jump To Burn Aina				19:00~20:00 Basic AOI
21:00	21:00~22:00 Body Balance Lee	20:30~21:30 Pilates Workout Lee	21:00~22:00 Basic Aina	21:00~22:00 Waist spXmas Aina				20:30~21:30 Hip&Leg Special Jyuli

	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	10:30~11:30 Basic Jyuli		10:30~11:30 Back&Arm AOI	10:30~11:30 Basic AOI	10:30~11:30 Jump To Burn Aina	close	10:30~11:30 Advance (members only) Aina
12:00	12:00~12:50 Peach Hip Lee		12:00~13:00 Waist spXmas Lee	12:00~13:00 Body Balance Lee	12:00~13:00 Basic Jyuli		12:00~13:00 Back&Arm AOI
13:30			13:30~14:30 Basic AOI	13:30~14:30 Pilates Workout Lee	13:30~14:30 Strech&Conditioning Aina		
15:00				15:00~16:00 Basic Jyuli	15:00~16:00 Hip&Leg Special Jyuli		
17:00				17:30~18:30 Hip&Leg Special Jyuli			
18:00	18:00~19:00 Strech&Conditioning Aina	18:00~19:00 Pilates Workout Lee	19:00~20:00 Basic Jyuli				18:00~19:00 Waist spXmas Lee
19:30	19:30~20:30 Waist spXmas Lee	19:30~20:30 Jump To Burn Aina	20:30~21:30 Advance (members only) Aina				19:30~20:30 Basic AOI
21:00	21:00~22:00 Back&Arm Aina	21:00~22:00 Basic Lee					21:00~21:50 Peach Hip 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

2020/12/16～2020/12/31

	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	10:30～11:30 Hip&Leg Special AOI		10:30～11:30 Basic Jyuli	10:30～11:30 Hip&Leg Special Jyuli	10:30～11:30 Waist spXmas Aina	close	10:30～11:30 Basic Jyuli	10:30～11:20 Peach Hip Lee		
12:00	12:00～13:00 Jump To Burn Aina		12:00～13:00 Body Balance Lee	12:00～13:00 Basic AOI	12:00～13:00 Pilates Workout Jyuli		12:00～13:00 Hip&Leg Special Aina	12:00～13:00 Basic AOI		
13:30	13:30～14:30 Basic AOI				13:30～14:30 Jump To Burn AOI		13:30～14:30 Basic Jyuli	13:30～14:30 Pilates Workout Jyuli		
15:00							15:00～16:00 Basic Jyuli	15:00～16:00 Strech&Conditioning Aina		
17:00							17:30～18:30 Back&Arm Aina			
18:00	18:00～19:00 Basic AOI		18:00～19:00 Basic AOI	18:00～19:00 Waist spXmas Aina					18:00～19:00 Hip&Leg Special Jyuli	18:00～19:00 Hip&Leg Special Jyuli
19:30	19:00～19:50 Peach Hip Lee	19:30～20:30 Body Balance Lee	19:30～20:30 Basic AOI	19:00～20:00 Basic AOI		19:30～20:30 Waist spXmas Aina				
21:00	20:30～21:30 Basic Jyuli	21:00～22:00 Back&Arm AOI	21:00～22:00 Strech&Conditioning Aina	20:30～21:30 Body Balance Lee		21:00～22:00 Basic Jyuli				

	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		10:30～11:30 Hip&Leg Special Jyuli	10:30～11:30 Strech&Conditioning Aina	10:30～11:30 Basic AOI	close	10:30～11:30 Back&Arm AOI	close	close	
12:00		12:00～13:00 Basic Jyuli	12:00～13:00 Back&Arm AOI	12:00～12:50 Peach Hip Lee		12:00～13:00 Pilates Workout Lee			
13:30		13:30～14:30 Waist spXmas Aina	13:30～14:30 Basic Jyuli	13:30～14:20 Jump To Burn AOI		13:30～14:30 Basic AOI			
15:00				15:00～16:00 Hip&Leg Special Jyuli		15:00～16:00 Waist Lee			15:00～16:00 Hip&Leg Special Jyuli
17:00				17:30～18:30 Body Balance Lee		17:30～18:30 Advance (members only) Aina			
18:00				18:00～19:00 Waist spXmas Aina		19:00～19:50 Peach Hip Lee			20:30～21:30 Back&Arm AOI
19:30	19:30～20:30 Basic Jyuli								
21:00	21:00～22:00 Pilates Workout Jyuli								

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）