



pilates

# pilates K なんば店 Lesson Schedule

更新日2021/4/1

2021/4/1~2021/4/15

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

	4月9日(金)	4月10日(土)	4月11日(日)	4月12日(月)	4月13日(火)	4月14日(水)	4月15日(木)	
10:30	10:30~11:30 Basic Jyuli	10:30~11:30 Stretch&Conditioning Aina	10:30~11:30 Basic Yume	close	10:30~11:30 Pilates Workout (members only) Lee	10:30~11:20 Peach Hip (members only) Jyuli		
12:00	12:00~13:00 Advance (members only) Aina	12:00~13:00 Basic Yume	12:00~13:00 Jump to Burn AOI		12:00~13:00 Basic Jyuli	12:00~13:00 Body Balance Lee		
13:30	13:30~14:30 Hip&Leg Jyuli	13:30~14:30 Pilates Workout (members only) Lee	13:30~14:30 Waist Lee		13:30~14:30 Back&Arm Lee	13:30~14:30 Basic Jyuli		
15:00		15:00~16:00 Body Balance Aina	15:00~16:00 Release&Strength Yume					
		16:30~17:30 Basic Jyuli	16:30~17:20 Peach Hip (members only) Jyuli					
17:00		18:00~19:00 Hip&Leg Lee				18:00~19:00 Basic Aina	18:00~19:00 Back&Arm AOI	18:00~19:00 Pilates Workout (members only) Lee
18:00	18:00~19:00 Release&Strength Yume					19:30~20:20 Peach Hip (members only) Yume	19:30~20:30 Basic Aina	19:30~20:30 Waist Aina
19:30	19:30~20:30 Jump to Burn Lee					21:00~22:00 Release&Strength Aina	21:00~22:00 Hip&Leg AOI	21:00~22:00 Basic Aina
21:00	21:00~22:00 Waist Yume							

- ・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

2021/4/16~2021/4/30

	4月16日(金)	4月17日(土)	4月18日(日)	4月19日(月)	4月20日(火)	4月21日(水)	4月22日(木)	4月23日(金)							
10:30	10:30~11:30 Basic Jyuli	10:30~11:30 Advance (members only) Aina	close	close	10:30~11:30 Body Balance Lee	10:30~11:30 Basic AOI	close	10:30~11:30 Back&Arm AOI							
12:00	12:00~13:00 Waist Yume	12:00~13:00 Basic Jyuli			12:00~13:00 Basic Yume	12:00~13:00 Hip&Leg Yume		12:00~13:00 Hip&Leg Yume	12:00~13:00 Waist Aina						
13:30	13:30~14:30 Hip&Leg Jyuli	13:30~14:30 Back&Arm Lee			13:30~14:30 Pilates Barre Yume	13:30~14:30 Jump to Burn AOI		13:30~14:30 Basic AOI	13:30~14:30 Basic AOI						
15:00	close	15:00~15:50 Peach Hip (members only) Jyuli			close	close		close	close	close					
17:00		16:30~17:30 Body Balance AOI									close	close	close	close	close
18:00		18:00~19:00 Back&Arm Lee													
19:30	19:30~20:30 Basic AOI	19:30~20:30 Waist Aina			19:30~20:30 Body Balance AOI	19:30~20:30 Peach Hip (members only) Jyuli									
21:00	21:00~21:50 Peach Hip (members only) Lee	close			close	close		21:00~22:00 Stretch&Conditioning Aina	21:00~22:00 Basic Jyuli	21:00~22:00 Release&Strength Yume	21:00~22:00 Basic Jyuli				

	4月24日(土)	4月25日(日)	4月26日(月)	4月27日(火)	4月28日(水)	4月29日(木)	4月30日(金)		
10:30	10:30~11:30 Pilates Barre Yume	10:30~11:30 Basic Jyuli	close	10:30~11:30 Waist Yume	10:30~11:30 Pilates Workout (members only) Lee	10:30~11:20 Peach Hip (members only) Lee	10:30~11:30 Basic Jyuli		
12:00	12:00~13:00 Hip&Leg Aina	12:00~13:00 Stretch&Conditioning Yume		12:00~13:00 Basic Jyuli	12:00~13:00 Back&Arm Aina	12:00~13:00 Basic AOI	12:00~13:00 Hip&Leg Aina		
13:30	13:30~14:30 Basic Yume	13:30~14:30 Jump to Burn Lee		13:30~14:30 Release&Strength Yume	13:30~14:30 Basic Lee	13:30~14:30 Waist Lee	13:30~14:30 Pilates Workout (members only) Jyuli		
15:00	15:00~16:00 Jump to Burn Aina	15:00~16:00 Basic Yume		close	close	close	15:00~16:00 Back&Arm AOI	close	
17:00	16:30~17:30 Basic Jyuli	16:30~17:30 Back&Arm Lee					16:30~17:30 Basic Aina		16:30~17:30 Basic Aina
18:00	18:00~19:00 Pilates Workout (members only) Jyuli	close					18:00~19:00 Hip&Leg AOI		18:00~19:00 Basic Yume
19:30	close			19:30~20:30 Advance (members only) Aina	19:30~20:30 Jump to Burn AOI	19:30~20:30 Basic Lee	19:30~20:30 Basic Lee		
21:00		21:00~22:00 Back&Arm Aina		21:00~22:00 Waist Yume	21:00~22:00 Basic AOI	21:00~22:00 Hip&Leg AOI			

**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）