



pilates

pilates K NU茶屋町店 Lesson Schedule

更新日2021/4/24

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) |
|-------|---|--|---|------------------------------------|---------|--|-------------------------------------|--|
| 10:00 | | | | | close | | | |
| | 10:30~11:30 Hip&Leg Rika | 10:30~11:30 Basic Fuki | 10:30~11:30 Stretch&Conditioning Mayu | 10:30~11:30 Body Balance Mei | | 10:30~11:30 Pilates Workout (members only) Rika | 10:30~11:30 Waist Fuki | 10:30~11:30 Basic Fuki |
| 12:00 | 12:00~13:00 Release&Strength Mayu | 12:00~13:00 Back&Arm Rika | 12:00~13:00 Hip&Leg Rika | 12:00~13:00 Basic Fuki | | 12:00~13:00 Stretch&Conditioning Fuki | 12:00~13:00 Basic Rika | 12:00~13:00 Back&Arm Mei |
| 13:30 | 13:30~14:30 Basic Mayu | 13:30~14:30 Pilates Workout (members only) Fuki | 13:30~14:30 Basic Mayu | 13:30~14:30 Waist Rika | | 13:30~14:30 Basic Rika | 13:30~14:30 Hip&Leg Fuki | 13:30~14:30 Waist Fuki |
| 15:00 | | | 15:00~16:00 Back&Arm Mei | 15:00~16:00 Jump to burn Mei | | | | |
| | | | 16:30~17:30 Basic Fuki | | | | | |
| 17:00 | 17:30~18:30 Hip&Leg Fuki | 17:30~18:30 Basic Mayu | 18:00~18:50 Peach Hip (members only) Mei | 17:30~18:30 Hip&Leg Fuki | | 17:30~18:30 Waist Mei | 17:30~18:30 Back&Arm Mayu | 17:30~18:30 Basic Lee |
| 18:00 | 19:00~20:00 Back&Arm Rika | 19:00~20:00 Waist Eri | | | | 19:00~20:00 Basic Mayu | 19:00~20:00 Body Balance Rika | 19:00~20:00 Release&Strength Mei |
| 19:30 | 20:30~21:30 Basic Fuki | 20:30~21:30 Body Balance Eri | | | | 20:30~21:30 Advance (members only) Mei | 20:30~21:30 Basic Mayu | 20:30~21:30 Hip&Leg Lee |
| 21:00 | | | | | | | | |

| | 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) |
|-------|--|--|---|----------|---|---|--|
| 10:00 | | | | close | | | |
| | 10:30~11:30 Hip&Leg Fuki | 10:30~11:30 Jump to burn Mei | 10:30~11:30 Basic Mei | | 10:30~11:30 Back&Arm Mayu | 10:30~11:30 Basic Mei | 10:30~11:30 Body Balance Rika |
| 12:00 | 12:00~13:00 Body Balance Mayu | 12:00~13:00 Basic Mayu | 12:00~13:00 Back&Arm Mayu | | 12:00~13:00 Advance (members only) Mei | 12:00~13:00 Hip&Leg Mayu | 12:00~13:00 Basic Mayu |
| 13:30 | 13:30~14:30 Basic Fuki | 13:30~14:30 Release&Strength Mei | 13:30~14:20 Peach Hip (members only) Mei | | 13:30~14:30 Basic Mayu | 13:30~14:30 Jump to burn Mei | 13:30~14:30 Back&Arm Mayu |
| 15:00 | | 15:00~16:00 Body Balance Rika | 15:00~16:00 Release&Strength Mayu | | | | |
| | | 16:30~17:30 Back&Arm Mayu | | | | | |
| 17:00 | 17:30~18:30 Waist Mei | 18:00~19:00 Hip&Leg Rika | 17:30~18:30 Basic Rika | | 17:30~18:30 Hip&Leg Fuki | 17:30~18:30 Basic Fuki | 17:30~18:30 Waist Mei |
| 18:00 | 19:00~20:00 Pilates Workout (members only) Rika | | | | 19:00~20:00 Basic Rika | 19:00~20:00 Back&Arm Mayu | 19:00~19:50 Peach Hip (members only) Yume |
| 19:30 | 20:30~21:30 Basic Mei | | | | 20:30~21:30 Waist Fuki | 20:30~21:30 Stretch&Conditioning Fuki | 20:30~21:30 Basic Mei |
| 21:00 | | | | | | | |

・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

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) | | |
|-------|--|---|--------------|--------------|----------|----------|---|---|--|---|
| 10:00 | | | close | close | | | | | | |
| | 10:30～11:20 Peach Hip (members only) | 10:30～11:30 Waist Fuki | | | | | 10:30～11:30 Jump to burn Eri | 10:30～11:30 Hip&Leg Mayu | 10:30～11:30 Basic Mayu | 10:30～11:30 Body Balance Rika |
| 12:00 | Mei | 12:00～13:00 Basic Rika | | | | | 12:00～13:00 Basic Rika | 12:00～12:50 Peach Hip (members only) | 12:00～13:00 Release&Strength Mayu | 12:00～13:00 Basic Fuki |
| 13:30 | Waist Fuki | 13:30～14:30 Back&Arm Mayu | | | | | 13:30～14:30 Pilates Barre Mei | Mei | 13:30～14:30 Waist Rika | 13:30～14:30 Stretch&Conditioning Rika |
| 15:00 | Release&Strength Mei | 15:00～16:00 Basic Fuki | | | | | | 13:30～14:30 Basic Mei | | |
| | | 16:30～17:30 Hip&Leg Mayu | | | | | | | | |
| 17:00 | 17:30～18:30 Body Balance Eri | 18:00～19:00 Stretch&Conditioning Rika | | | | | 17:30～18:30 Basic Mayu | 17:30～18:30 Stretch&Conditioning Fuki | 17:30～18:30 Advance (members only) | 17:30～18:30 Waist Eri |
| 18:00 | 19:00～20:00 Basic Rika | | | | | | 19:00～20:00 Waist Fuki | 19:00～20:00 Basic Fuki | Mei | 19:00～20:00 Hip&Leg Fuki |
| 19:30 | 20:30～21:30 Back&Arm Eri | | | | | | 20:30～21:30 Release&Strength Mayu | 20:30～21:30 Body Balance Mayu | 19:00～20:00 Back&Arm Rika | 20:30～21:30 Jump to burn Eri |
| 21:00 | | | | | | | | | 20:30～21:30 Basic Mei | |

| | 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) | | | | | |
|-------|--|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--|--|--|--|--|
| | | close | close | close | close | close | close | | | | | |
| | 10:30～11:30 Pilates Workout (members only) | | | | | | | | | | | |
| 12:00 | Eri | | | | | | | | | | | |
| | 12:00～13:00 | | | | | | | | | | | |
| 13:30 | Waist Fuki | | | | | | | | | | | |
| | 13:30～14:30 | | | | | | | | | | | |
| 15:00 | Basic Rika | | | | | | | | | | | |
| | 15:00～16:00 Pilates Barre Mei | | | | | | | | | | | |
| | 16:30～17:30 | | | | | | | | | | | |
| 17:00 | Basic Fuki | | | | | | | | | | | |
| | 18:00～19:00 Body Balance Rika | | | | | | | | | | | |
| 18:00 | | | | | | | | | | | | |
| 19:30 | | | | | | | | | | | | |
| 21:00 | | | | | | | | | | | | |

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）