



pilates

pilates K なんば店 Lesson Schedule

更新日2021/6/15

2021/7/1~2021/7/15

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

	7月9日(金)	7月10日(土)	7月11日(日)	7月12日(月)	7月13日(火)	7月14日(水)	7月15日(木)	
10:30	10:30~11:30 Advance (members only) Aina	10:30~11:30 Waist Yume	10:30~11:30 Back&Arm AOI	close	10:30~11:30 Basic AOI	10:30~11:30 Stretch&Conditioning Aina		
12:00	12:00~13:00 Basic Yume	12:00~12:50 Peach Hip (members only) AOI	12:00~13:00 Hip&Leg Yume		12:00~13:00 Waist Aina	12:00~13:00 Basic Lee		
13:30	13:30~14:30 Waist Aina	13:30~14:30 Basic Yume	13:30~14:30 Pilates Workout (members only) Lee		13:30~14:20 Peach Hip (members only) AOI	13:30~14:30 Back&Arm Aina		
15:00		15:00~16:00 Back&Arm Aina	15:00~16:00 Pilates Barre Yume					
		16:30~17:30 Jump to Burn Aina	16:30~17:30 Basic Lee					
17:00		18:00~19:00 Basic AOI						
18:00	18:00~19:00 Hip&Leg AOI					18:00~19:00 Basic Aina	18:00~19:00 Jump to Burn AOI	18:00~19:00 Advance (members only) Aina
19:30	19:30~20:30 Pilates Workout (members only) Lee					19:30~20:30 Pilates Barre Yume	19:30~20:30 Hip&Leg Lee	19:30~20:30 Back&Arm AOI
21:00	21:00~22:00 Basic AOI					21:00~22:00 Hip&Leg Yume	21:00~22:00 Basic AOI	21:00~22:00 Waist Aina

- ・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

2021/7/16~2021/7/31

	7月16日(金)	7月17日(土)	7月18日(日)	7月19日(月)	7月20日(火)	7月21日(水)	7月22日(木)	7月23日(金)
10:30	10:30~11:30 Jump to Burn Lee	10:30~11:30 Hip&Leg Lee	10:30~11:30 Basic AOI	close	10:30~11:30 Back&Arm AOI	10:30~11:20 Peach Hip (members only) AOI	10:30~11:30 Basic Yume	10:30~11:30 Waist Yume
12:00	12:00~13:00 Hip&Leg Aina	12:00~13:00 Basic AOI	12:00~13:00 Pilates Barre Yume		12:00~13:00 Basic Aina	12:00~13:00 Jump to Burn Lee	12:00~13:00 Hip&Leg AOI	12:00~13:00 Body Balance Lee
13:30	13:30~14:30 Basic Lee	13:30~14:30 Release&Strength Aina	13:30~14:30 Hip&Leg AOI		13:30~14:30 Hip&Leg AOI	13:30~14:30 Basic AOI	13:30~14:30 Pilates Barre Yume	13:30~14:30 Basic Aina
15:00		15:00~16:00 Pilates Workout (members only) Lee	15:00~16:00 Body Balance Aina				15:00~16:00 Basic AOI	15:00~15:50 Peach Hip (members only) Lee
		16:30~17:30 Basic AOI	16:30~17:30 Waist Yume				16:30~17:30 Waist Lee	16:30~17:30 Basic Yume
17:00		18:00~19:00 Waist Aina					18:00~19:00 Pilates Workout (members only) Lee	18:00~19:00 Release&Strength Aina
18:00	18:00~19:00 Back&Arm AOI					18:00~19:00 Stretch&Conditioning Yume	18:00~19:00 Pilates Barre Yume	
19:30	19:30~20:30 Basic Aina					19:30~20:30 Shape up Waist Lee	19:30~20:30 Body Balance Lee	
21:00	21:00~22:00 Body Balance AOI					21:00~22:00 Basic Yume	21:00~22:00 Waist Yume	

	7月24日(土)	7月25日(日)	7月26日(月)	7月27日(火)	7月28日(水)	7月29日(木)	7月30日(金)	7月31日(土)
10:30	10:30~11:30 Basic Yume	10:30~11:30 Advance (members only) Aina	close	10:30~11:30 Release&Strength Aina	10:30~11:30 Waist Lee		10:30~11:30 Basic AOI	10:30~11:30 Jump to Burn Lee
12:00	12:00~13:00 Pilates Workout (members only) Rika	12:00~13:00 Body Balance AOI		12:00~13:00 Pilates Barre Yume	12:00~13:00 Basic Aina	12:00~13:00 Basic Aina	12:00~12:50 Peach Hip (members only) Yume	12:00~13:00 Hip&Leg AOI
13:30	13:30~14:30 Hip&Leg Aina	13:30~14:30 Basic Aina		13:30~14:30 Basic Aina	13:30~14:30 Pilates Workout (members only) Lee	13:30~14:30 Pilates Workout (members only) Lee	13:30~14:30 Back&Arm AOI	13:30~14:30 Basic Lee
15:00	15:00~16:00 Basic Rika	15:00~16:00 Release&Strength Yume						15:00~16:00 Pilates Barre Yume
	16:30~17:30 Stretch&Conditioning Yume	16:30~17:20 Peach Hip (members only) AOI						16:30~17:30 Shape up Waist Aina
17:00	18:00~19:00 Body Balance Aina				18:00~19:00 Hip&Leg Lee	18:00~19:00 Basic Yume	18:00~19:00 Waist Aina	18:00~19:00 Basic Yume
18:00					19:30~20:30 Basic Yume	19:30~20:30 Jump to Burn AOI	19:30~20:20 Peach Hip (members only) AOI	19:30~20:30 Body Balance Aina
19:30					21:00~22:00 Pilates Workout (members only) Lee	21:00~22:00 Release&Strength Yume	21:00~22:00 Basic Mayu	21:00~22:00 Waist Lee

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）