



pilates

# pilates K なんば店 Lesson Schedule

更新日2021/8/15

2021/9/1~2021/9/15

	9月1日(水)	9月2日(木)	9月3日(金)	9月4日(土)	9月5日(日)	9月6日(月)	9月7日(火)	9月8日(水)
10:30	10:30~11:30 Basic Sakura		10:30~11:20 Peach Hip (members only) AOI	10:30~11:30 Basic Sakura	10:30~11:30 Shape up Waist Lee	close	10:30~11:30 Beauty Pilates AOI	10:30~11:30 Basic Sakura
12:00	12:00~13:00 Jump to Burn AOI		12:00~13:00 Basic Sakura	12:00~13:00 Jump to Burn AOI	12:00~13:00 Back&Arm AOI		12:00~13:00 Basic Reona	12:00~13:00 Hip&Leg Lee
13:30	13:30~14:30 Hip&Leg AOI		13:30~14:30 Body Balance AOI	13:30~14:30 Advance (members only) Aina	13:30~14:30 Basic Sakura		13:30~14:30 Back&Arm AOI	13:30~14:30 Pilates Workout (members only) Lee
15:00				15:00~16:00 Hip&Leg AOI	15:00~16:00 Pilates Workout (members only) Lee			
17:00				16:30~17:30 Beauty Pilates Aina	16:30~17:30 Body Balance AOI			
18:00	18:00~19:00 Pilates Barre Yume	18:00~19:00 Basic Reona	18:00~19:00 Shape up Waist Lee	18:00~19:00 Basic Reona			18:00~18:50 Peach Hip (members only) Yume	18:00~19:00 Waist Yume
19:30	19:30~20:30 Basic Reona	19:30~20:30 Hip&Leg Yume	19:30~20:30 Back&Arm Lee				19:30~20:30 Body Balance Lee	19:30~20:30 Stretch&Conditioning Yume
21:00	21:00~22:00 Waist Yume	21:00~22:00 Release&Strength Yume	21:00~22:00 Basic Reona				21:00~22:00 Pilates Barre Yume	21:00~22:00 Basic Reona

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

2021/9/16~2021/9/30

	9月16日(木)	9月17日(金)	9月18日(土)	9月19日(日)	9月20日(月)	9月21日(火)	9月22日(水)	9月23日(木)
10:30		10:30~11:30 Hip&Leg AOI	10:30~11:30 Basic Reona	10:30~11:30 Body Balance AOI	close	10:30~11:30 Jump to Burn Lee	10:30~11:30 Stretch&Conditioning Yume	10:30~11:30 Waist Yume
12:00		12:00~13:00 Beauty Pilates AOI	12:00~13:00 Hip&Leg AOI	12:00~12:50 Peach Hip (members only) Yume		12:00~13:00 Basic Sakura	12:00~13:00 Waist Yume	12:00~13:00 Basic Sakura
13:30		13:30~14:30 Basic Reona	13:30~14:30 Pilates Barre Yume	13:30~14:30 Waist Yume		13:30~14:30 Shape up Waist Lee	13:30~14:30 Basic Sakura	13:30~14:30 Body Balance AOI
15:00			15:00~16:00 Jump to Burn AOI	15:00~16:00 Basic Sakura				
			16:30~17:30 Pilates Workout (members only) Lee	16:30~17:45 Beauty Pilates AOI				
17:00			18:00~19:00 Release&Strength Yume					
18:00	18:00~19:00 Waist Yume	18:00~19:00 Basic Sakura				18:00~19:00 Hip&Leg AOI	18:00~19:00 Back&Arm Aina	18:00~19:00 Beauty Pilates AOI
19:30	19:30~20:30 Pilates Barre Yume	19:30~20:30 Shape up Waist Lee				19:30~20:30 Basic Reona	19:30~20:30 Advance (members only) Aina	
21:00	21:00~22:00 Basic Reona	21:00~22:00 Body Balance Lee				21:00~22:00 Release&Strength Yume	21:00~22:00 Basic Reona	

	9月24日(金)	9月25日(土)	9月26日(日)	9月27日(月)	9月28日(火)	9月29日(水)	9月30日(木)
10:30	10:30~11:30 Basic Reona	10:30~11:30 Stretch&Conditioning Yume	10:30~11:30 Basic Sakura	close	10:30~11:30 Advance (members only) Aina	10:30~11:30 Basic Reona	
12:00	12:00~13:00 Back&Arm AOI	12:00~13:00 Shape up Waist Lee	12:00~13:00 Beauty Pilates AOI		12:00~13:00 Release&Strength Aina	12:00~12:50 Peach Hip (members only) Lee	
13:30	13:30~14:30 Jump to Burn AOI	13:30~14:30 Basic Reona	13:30~14:30 Back&Arm Lee		13:30~14:30 Basic Sakura	13:30~14:30 Beauty Pilates AOI	
15:00		15:00~16:00 Pilates Barre Yume	15:00~16:00 Hip&Leg Yume				
		16:30~17:30 Basic Sakura	16:30~17:30 Pilates Workout (members only) Lee				
17:00		18:00~18:50 Peach Hip (members only) Lee					
18:00	18:00~19:00 Basic Sakura				18:00~19:00 Basic Reona	18:00~19:00 Body Balance AOI	18:00~19:00 Jump to Burn AOI
19:30	19:30~20:30 Waist Yume				19:30~20:30 Hip&Leg Yume	19:30~20:30 Release&Strength Yume	19:30~20:30 Basic Reona
21:00	21:00~22:00 Pilates Workout (members only) Lee				21:00~22:00 Back&Arm AOI	21:00~22:00 Basic Sakura	21:00~22:00 Shape up 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）