



pilates

pilates K NU茶屋町店 Lesson Schedule

更新日2021/8/5

2021/8/1~2021/8/15

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

	8月9日(月)	8月10日(火)	8月11日(水)	8月12日(木)	8月13日(金)	8月14日(土)	8月15日(日)
10:00		10:30~11:30 Basic Mayu	10:30~11:30 Back&Arm Mayu		10:30~11:30 Pilates Workout (members only) Rika	10:30~11:30 Hip&Leg Rika	10:30~11:30 Release&Strength Mayu
12:00		12:00~13:00 Waist Rika	12:00~13:00 Hip&Leg Aina		12:00~13:00 Pilates Barre Mayu	12:00~13:00 Basic Aina	12:00~13:00 Body Balance Aina
13:30		13:30~14:30 Stretch&Conditioning Mayu	13:30~14:30 Basic Mayu		13:30~14:30 Release&Strength Mayu	13:30~14:30 Shape up Waist Rika	13:30~14:30 Basic Mayu
15:00						15:00~16:00 Jump to Burn Aina	15:00~16:00 Back&Arm Aina
17:00		17:00~18:00 Advance (members only) Aina	17:00~18:00 Body Balance Aina	17:00~18:00 Hip&Leg Rika	17:00~18:00 Waist Aina	18:00~19:00 Stretch&Conditioning Aina	17:30~18:30 Pilates Barre Mayu
18:00		18:30~19:30 Back&Arm Rika	18:30~19:20 Peach Hip (members only) Akane	18:30~19:30 Jump to Burn Mayu	18:30~19:30 Basic Aina		
19:30							
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

2021/8/16～2021/8/31

	8月16日(月)	8月17日(火)	8月18日(水)	8月19日(木)	8月20日(金)	8月21日(土)	8月22日(日)	8月23日(月)
10:00	close							close
12:00		10:30～11:30 Basic Mayu	10:30～11:30 Pilates Barre Mayu	10:30～11:30 Advance (members only) Aina	10:30～11:30 Basic Rika	10:30～11:30 Stretch&Conditioning Mayu	10:30～11:30 Shape up Waist Rika	
13:30		12:00～13:00 Hip&Leg Aina	12:00～12:50 Peach Hip (members only) Lee	12:00～13:00 Basic Rika	12:00～13:00 Jump to Burn Mayu	12:00～13:00 Basic Aina	12:00～13:00 Back&Arm Mayu	
15:00		13:30～14:30 Back&Arm Mayu	13:30～14:30 Basic Mayu	13:30～14:30 Stretch&Conditioning Aina	13:30～14:30 Waist Rika	13:30～14:30 Hip&Leg Mayu	13:30～14:30 Body Balance Mayu	
17:00		17:00～18:00 Release&Strength Aina	17:00～18:00 Basic Lee	17:00～18:00 Back&Arm Rika	17:00～18:00 Body Balance Aina	15:00～16:00 Jump to Burn Aina	15:00～16:00 Pilates Workout (members only) Rika	
18:00		18:30～19:30 Pilates Workout (members only) Rika	18:30～19:30 Shape up Waist Rika	18:30～19:30 Pilates Barre Mayu	18:30～19:30 Hip&Leg Mayu	16:30～17:30 Pilates Barre Mayu	17:30～18:30 Hip&Leg Mayu	
19:30						18:00～19:00 Basic Aina		
21:00								

	8月24日(火)	8月25日(水)	8月26日(木)	8月27日(金)	8月28日(土)	8月29日(日)	8月30日(月)	8月31日(火)
12:00	10:30～11:30 Waist Rika	10:30～11:30 Basic Rika	10:30～11:30 Release&Strength Aina	10:30～11:30 Hip&Leg Mayu	10:30～11:30 Basic 未定	10:30～11:30 Jump to Burn Mayu	close	10:30～11:30 Basic 未定
13:30	12:00～12:50 Peach Hip (members only) Akane	12:00～13:00 Body Balance Aina	12:00～13:00 Pilates Barre Mayu	12:00～13:00 Basic 未定	12:00～13:00 Advance (members only) Aina	12:00～13:00 Basic 未定		12:00～13:00 Jump to Burn Aina
15:00	13:30～14:30 Basic Rika	13:30～14:30 Pilates Workout (members only) Rika	13:30～14:30 Basic 未定	13:30～14:30 Shape up Waist Aina	13:30～14:30 Back&Arm Mayu	13:30～14:30 Stretch&Conditioning Rika		13:30～14:30 Hip&Leg Rika
17:00	17:00～18:00 Hip&Leg Aina	17:00～18:00 Release&Strength Mayu	17:00～18:00 Jump to Burn Mayu	17:00～18:00 Stretch&Conditioning Aina	15:00～16:00 Basic 未定	15:00～15:50 Peach Hip (members only) AOI		17:00～18:00 Back&Arm Mayu
18:00	18:30～19:30 Basic Akane	18:30～19:30 Basic Mayu	18:30～19:30 Body Balance Aina	18:30～19:30 Pilates Barre Mayu	16:30～17:30 Hip&Leg Aina	17:30～18:30 Basic 未定		18:30～19:30 Shape up Waist Rika
19:30					18:00～19:00 Body Balance Mayu			
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）