



pilates

pilates K NU茶屋町店 Lesson Schedule

更新日2021/9/10

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						close		
	10:30~11:30 Hip&Leg Rika	10:30~11:30 Basic Ryon	10:30~11:30 Back&Arm Mayu	10:30~11:30 Basic Ryon	10:30~11:30 Body Balance Rika		10:30~11:30 Basic Ryon	10:30~11:30 Jump to Burn Mayu
12:00	12:00~13:00 Basic mai	12:00~13:00 Advance (members only) Aina	12:00~13:00 Body Balance Mayu	12:00~13:00 Pilates Barre Mayu	12:00~13:00 Basic mai		12:00~13:00 Release&Strength Aina	12:00~13:00 Hip&Leg Aina
13:30	13:30~14:30 Waist Rika	13:30~14:30 Stretch&Conditioning Aina	13:30~14:30 Basic Ryon	13:30~14:30 Pilates Workout (members only) Rika	13:30~14:30 Hip&Leg Mayu		13:30~14:30 Shape up Waist Aina	13:30~14:30 Basic mai
15:00				15:00~16:00 Jump to Burn Mayu	15:00~16:00 Back&Arm Rika			
				16:30~17:30 Basic Ryon	17:30~18:30 Stretch&Conditioning Mayu			
17:00	17:00~18:00 Body Balance Aina	17:00~18:00 Pilates Barre Mayu	17:00~18:00 Basic mai	18:00~19:00 Waist Rika			17:00~18:00 Hip&Leg Rika	17:00~18:00 Advance (members only) Aina
18:00	18:30~19:30 Release&Strength Aina	18:30~19:30 Back&Arm Mayu	18:30~19:30 Beauty Pilates Rika				18:30~19:30 Pilates Workout (members only) Rika	18:30~19:30 Basic Ryon
19:30								
21:00								

	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					close		
	10:30~11:30 Beauty Pilates Rika	10:30~11:30 Basic Ryon	10:30~11:30 Back&Arm Rika	10:30~11:30 Hip&Leg Rika		10:30~11:30 Advance (members only) Aina	10:30~11:30 Basic mai
12:00	12:00~13:00 Basic mai	12:00~13:00 Jump to Burn Aina	12:00~13:00 Basic Ryon	12:00~13:00 Waist Aina		12:00~13:00 Basic mai	12:00~13:00 Pilates Workout (members only) Rika
13:30	13:30~14:30 Body Balance Rika	13:30~14:30 Hip&Leg Rika	13:30~14:30 Pilates Barre Mayu	13:30~14:30 Basic Ryon		13:30~14:30 Back&Arm Aina	13:30~14:30 Stretch&Conditioning Mayu
15:00			15:00~16:00 Stretch&Conditioning Mayu	15:00~16:00 Body Balance Rika			
			16:30~17:30 Shape up Waist Rika				
17:00	17:00~18:00 Basic Mayu	17:00~18:00 Release&Strength Mayu	18:00~19:00 Basic mai	17:30~18:45 Beauty Pilates WS Aina			17:00~18:00 Jump to Burn Mayu
18:00	18:30~19:20 Peach Hip (members only) Yume	18:30~19:30 Back&Arm Mayu					18:30~19:30 Basic Ryon
19:30							18:30~19:30 Shape up Waist Rika
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

2021/9/16~2021/9/30

	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					close			
	10:30~11:30 Waist Rika	10:30~11:30 Pilates Barre Mayu	10:30~11:30 Body Balance Rika	10:30~11:30 Basic mai		10:30~11:30 Basic mai	10:30~11:30 Waist Rika	10:30~11:30 Jump to Burn Mayu
12:00	12:00~13:00 Hip&Leg Rika	12:00~13:00 Basic mai	12:00~13:00 Advance (members only) Aina	12:00~13:00 Back&Arm Rika		12:00~13:00 Body Balance Aina	12:00~13:00 Basic mai	12:00~13:00 Release&Strength Aina
13:30	13:30~14:30 Basic mai	13:30~14:20 Peach Hip (members only) Lee	13:30~14:30 Basic Ryon	13:30~14:30 Hip&Leg Aina		13:30~14:30 Beauty Pilates Aina	13:30~14:30 Hip&Leg Rika	13:30~14:30 Basic mai
15:00			15:00~16:00 Release&Strength Aina	15:00~16:00 Pilates Workout (members only) Rika				15:00~16:00 Advance (members only) Aina
			16:30~17:30 Basic Ryon					16:30~17:30 Basic mai
17:00	17:00~18:00 Body Balance Mayu	17:00~18:00 Jump to Burn Mayu	18:00~19:15 Beauty Pilates WS Rika	17:30~18:30 Shape up Waist Aina		17:00~18:00 Back&Arm Rika	17:00~18:00 Basic Ryon	18:00~19:00 Pilates Barre Mayu
18:00	18:30~19:30 Basic Ryon	18:30~19:30 Stretch&Conditioning Mayu				18:30~19:30 Shape up Waist Rika	18:30~19:20 Peach Hip (members only) AOI	
19:30								
21:00								

	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				close			
	10:30~11:30 Basic Ryon	10:30~11:30 Basic mai	10:30~11:20 Peach Hip (members only) Yume		10:30~11:30 Beauty Pilates Rika	10:30~11:30 Pilates Workout (members only) Rika	10:30~11:30 Basic mai
12:00	12:00~13:00 Pilates Barre Mayu	12:00~13:00 Hip&Leg Mayu	12:00~13:00 Basic Ryon		12:00~13:00 Basic Ryon	12:00~13:00 Basic Ryon	12:00~13:00 Beauty Pilates Aina
13:30	13:30~14:30 Release&Strength Mayu	13:30~14:30 Body Balance Aina	13:30~14:30 Back&Arm Mayu		13:30~14:30 Shape up Waist Rika	13:30~14:30 Stretch&Conditioning Rika	13:30~14:30 Jump to Burn Aina
15:00		15:00~16:00 Basic Ryon	15:00~16:00 Basic mai				
		16:30~17:30 Jump to Burn Mayu					
17:00	17:00~18:00 Hip&Leg Aina	18:00~19:00 Shape up Waist Aina	17:30~18:30 Pilates Barre Mayu		17:00~17:50 Peach Hip (members only) Lee	17:00~18:00 Release&Strength Mayu	17:00~18:00 Waist Rika
18:00	18:30~19:30 Basic mai				18:30~19:30 Back&Arm Lee	18:30~19:30 Basic mai	18:30~19:30 Body Balance Rika
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）