



pilates

pilates K なんば店 Lesson Schedule

更新日2021/9/15

2021/10/1~2021/10/15

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

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

・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

2021/10/16~2021/10/31

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

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