



pilates

pilates K NU茶屋町店 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				close					
	10:30~11:30 Body Balance Mayu	10:30~11:30 Basic Mii	10:30~11:30 Shape up Waist Rika		10:30~11:30 Pilates Workout (members only) Rika	10:30~11:30 Basic mai	10:30~11:30 Hip&Leg Mayu	10:30~11:30 Basic Ryon	
12:00	12:00~13:00 Basic mai	12:00~13:00 Jump to Burn Aina	12:00~13:00 Stretch&Conditioning Yume		12:00~13:00 Waist Rika	12:00~13:00 Back&Arm Mayu	12:00~13:00 Body Balance Mayu	12:00~13:00 Jump to Burn Aina	
13:30	13:30~14:30 Pilates Barre Mayu	13:30~14:30 Waist Mii	13:30~14:30 Basic Ryon		13:30~14:30 Basic mai	13:30~14:30 Pilates Barre Mayu	13:30~14:30 Basic mai	13:30~14:30 Stretch&Conditioning Aina	
15:00		15:00~16:00 Release&Strength Aina	15:00~15:50 Peach Hip (members only) Yume						
		16:30~17:30 Basic mai	17:30~18:30 Back&Arm Rika			17:30~18:30 Body Balance Mayu	17:30~18:30 Jump to Burn Aina	17:30~18:20 Peach Hip (members only) Yume	17:30~18:30 Hip&Leg Mayu
17:00	17:30~18:30 Advance (members only) Aina	18:00~19:00 Hip&Leg Aina				19:00~20:00 Basic Ryon	19:00~20:00 Beauty Pilates Aina	19:00~20:00 Release&Strength Mayu	19:00~20:00 Shape up Waist Aina
18:00	19:00~20:00 Basic Ryon					20:30~21:30 Hip&Leg Mayu	20:30~21:30 Basic Ryon	20:30~21:30 Waist Yume	20:30~21:30 Back&Arm Mayu
19:30	20:30~21:30 Beauty Pilates Aina								
21:00									

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

2021/10/16～2021/10/31

	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			close						
	10:30～11:30 Stretch&Conditioning Rika	10:30～11:30 Hip&Leg Ryon			10:30～11:30 Body Balance Rika	10:30～11:30 Pilates Barre Mayu	10:30～11:30 Beauty Pilates Aina	10:30～11:30 Advance (members only) Aina	10:30～11:30 Basic Ryon
12:00	12:00～13:00 Waist mai	12:00～13:00 Basic mai			12:00～13:00 Back&Arm Rika	12:00～13:00 Waist mai	12:00～13:00 Basic mai	12:00～13:00 Basic mai	12:00～12:50 Peach Hip (members only) Yume
13:30	13:30～14:30 Basic Ryon	13:30～14:30 Jump to Burn Aina			13:30～14:30 Hip&Leg Ryon	13:30～14:30 Basic Mayu	13:30～14:30 Jump to Burn Aina	13:30～14:30 Waist mai	13:30～14:30 Back&Arm Mayu
15:00	15:00～16:00 Pilates Workout (members only) Rika	15:00～16:00 Body Balance Rika							15:00～16:00 Hip&Leg Ryon
	16:30～17:30 Basic mai	17:30～18:30 Beauty Pilates Aina			17:30～18:30 Jump to Burn Mayu	17:30～18:30 Beauty Pilates Aina	17:30～18:30 Pilates Workout (members only) Rika	17:30～18:30 Basic Mayu	16:30～17:30 Release&Strength Yume
17:00	18:00～19:00 Hip&Leg Ryon				19:00～20:00 Basic mai	19:00～19:50 Peach Hip (members only) AOI	19:00～20:00 Hip&Leg Ryon	19:00～20:00 Pilates Barre Mayu	18:00～19:00 Jump to Burn Mayu
18:00					20:30～21:30 Stretch&Conditioning Mayu	20:30～21:30 Shape up Waist Aina	20:30～21:30 Basic Ryon	20:30～21:30 Back&Arm Rika	
19:30									
21:00									

	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		close							
	10:30～11:30 Pilates Barre Mayu			10:30～11:30 Stretch&Conditioning Mayu	10:30～11:30 Hip&Leg Ryon	10:30～11:30 Beauty Pilates Rika	10:30～11:30 Basic Ryon	10:30～11:30 Jump to Burn Mayu	10:30～11:30 Pilates Barre Mayu
12:00	12:00～13:00 Body Balance Aina			12:00～13:00 Basic Ryon	12:00～13:00 Jump to Burn Mayu	12:00～12:50 Peach Hip (members only) Yume	12:00～13:00 Release&Strength Aina	12:00～13:00 Basic Aina	12:00～13:00 Shape up Waist Aina
13:30	13:30～14:30 Back&Arm Mayu			13:30～14:30 Pilates Barre Mayu	13:30～14:30 Basic Mayu	13:30～14:30 Basic Rika	13:30～14:30 Waist Aina	13:30～14:30 Pilates Workout (members only) Rika	13:30～14:30 Advance (members only) 未定
15:00	15:00～16:00 Basic mai							15:00～16:00 Waist mai	15:00～16:00 Beauty Pilates Aina
								16:30～17:30 Body Balance Mayu	17:30～18:30 Basic Ryon
17:00	17:30～18:30 Waist mai			17:30～18:30 Hip&Leg Ryon	17:30～18:30 Body Balance Aina	17:30～18:30 Basic mai	17:30～18:30 Hip&Leg Mayu	18:00～19:00 Back&Arm Aina	
18:00				19:00～20:00 Back&Arm Mayu	19:00～20:00 Basic mai	19:00～20:00 Waist mai	19:00～20:00 Basic mai		
19:30				20:30～21:30 Pilates Workout (members only) Rika	20:30～21:30 Release&Strength Aina	20:30～21:30 Jump to Burn Aina	20:30～21:30 Pilates Barre 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）