



pilates

pilates K なんば店 Lesson Schedule

更新日2021/10/15

2021/11/1~2021/11/15

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

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

2021/11/16～2021/11/30

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

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