



pilates

pilates Kなんば店 Lesson Schedule

更新日2022/1/15

2022/2/1~2022/2/15

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

	2月9日(水)	2月10日(木)	2月11日(金)	2月12日(土)	2月13日(日)	2月14日(月)	2月15日(火)
10:00			10:00~11:00 Pilates Cardio Yume	10:00~11:00 Beauty Pilates Aina	10:00~11:00 Jump to Burn AOI	close	
	10:30~11:30 Pilates Barre Yume		11:30~12:30 Waist Sakura	11:30~12:30 Basic Sakura	11:30~12:30 Basic Sakura		10:30~11:30 Basic Reona
11:30	12:00~13:00 Hip&Leg AOI		13:00~14:00 Basic Yume	13:00~13:20 Peach Hip (members only) AOI	13:00~14:00 Shape up Waist Yume		12:00~13:00 Beauty Pilates Aina
13:00	13:30~14:30 Advance (members only) Yume		14:30~15:30 Release&Strength Sakura	14:30~15:30 Pilates Barre Yume	14:30~15:30 Hip&Leg Reona		13:30~14:30 Body Balance Reona
14:30			16:00~17:00 Jump to Burn AOI	16:00~17:00 Waist Sakura	16:00~17:00 Back&Arm Aina		
17:00			17:30~18:30 Basic Reona	17:30~18:30 Basic Reona			
18:00	18:00~19:00 Basic Reona	18:00~19:00 Body Balance Reona	19:00~20:00 Back&Arm AOI	19:00~20:00 Pilates Cardio Yume			18:00~19:00 Waist Sakura
19:30	19:30~20:30 Shape up Waist Aina	19:30~20:30 Stretch&Conditioning Aina					19:30~20:30 Pilates Workout (members only) Rika
21:00	21:00~22:00 Release&Strength Sakura	21:00~22:00 Hip&Leg Reona					21:00~22:00 Stretch&Conditioning Rika

- ・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

2022/2/16~2022/2/28

	2月16日(水)	2月17日(木)	2月18日(金)	2月19日(土)	2月20日(日)	2月21日(月)	2月22日(火)	2月23日(水)
10:00				10:00~11:00 Hip&Leg Yume	10:00~10:50 Peach Hip (members only) AOI	close		10:00~11:00 Body Balance Reona
	10:30~11:30 Pilates Cardio Yume		10:30~11:30 Basic Aina	11:30~12:30 Jump to Burn AOI	11:30~12:30 Pilates Barre Yume		10:30~11:30 Hip&Leg Reona	11:30~12:30 Basic Sakura
11:30	12:00~13:00 Basic Reona		12:00~13:00 Pilates Workout (members only) Rika	13:00~14:00 Basic Sakura	13:00~14:00 Back&Arm AOI		12:00~13:00 Basic Reona	13:00~14:00 Beauty Pilates Aina
	13:30~14:30 Waist Yume		13:30~14:30 Hip&Leg Reona	14:30~15:30 Shape up Waist Yume	14:30~15:30 Pilates Cardio Yume		13:30~14:30 Stretch&Conditioning Aina	14:30~15:30 Pilates Workout (members only) Rika
14:30				16:00~17:00 Back&Arm AOI	16:00~17:00 Basic Aina			16:00~17:00 Waist Sakura
17:00				17:30~18:30 Release&Strength Sakura				17:30~18:30 Basic Rika
18:00	18:00~19:00 Beauty Pilates Aina	18:00~19:00 Waist Sakura	18:00~19:00 Pilates Cardio Yume	19:00~20:00 Basic Aina			18:00~19:00 Shape up Waist Lee	19:00~20:00 Jump to Burn Aina
19:30	19:30~20:30 Basic Sakura	19:30~20:30 Advance (members only) Yume	19:30~20:30 Waist Sakura				19:30~20:30 Release&Strength Sakura	
21:00	21:00~22:00 Back&Arm Aina	21:00~22:00 Basic Reona	21:00~22:00 Pilates Barre Yume				21:00~22:00 Back&Arm AOI	

	2月24日(木)	2月25日(金)	2月26日(土)	2月27日(日)	2月28日(月)
10:00			10:00~11:00 Basic Sakura	10:00~11:00 Hip&Leg Reona	close
		10:30~11:30 Beauty Pilates AOI	11:30~12:30 Waist Reona	11:30~12:30 Advance (members only) Yume	
11:30		12:00~13:00 Pilates Workout (members only) Rika	13:00~14:00 Back&Arm Sakura	13:00~14:00 Beauty Pilates Aina	
13:00		13:30~14:30 Basic Sakura	14:30~15:30 Stretch&Conditioning Aina	14:30~15:30 Basic Sakura	
14:30			16:00~17:00 Pilates Workout (members only) AOI	16:00~17:00 Pilates Barre Yume	
17:00			17:30~18:30 Hip&Leg Reona		
18:00	18:00~19:00 Back&Arm AOI	18:00~19:00 Release&Strength Aina	19:00~20:00 Basic AOI		
	19:30~20:30 Basic Reona	19:30~20:30 Hip&Leg Reona			
19:30	21:00~21:50 Peach Hip (members only) AOI	21:00~22:00 Basic Aina			

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）