



pilates

# pilates K 天王寺店 Lesson Schedule

更新日2022/10/12

2022/10/1~2022/10/15

	10月1日(土)	10月2日(日)	10月3日(月)	10月4日(火)	10月5日(水)	10月6日(木)	10月7日(金)	10月8日(土)	
10:30	10:30~11:30 Back&Arm miho	10:30~11:30 Basic Sana	close	10:30~11:30 Stretch&Conditioning miho	10:30~11:30 Waist Sana		10:30~11:30 Back&Arm miho	10:30~11:30 Basic Sana	
12:00	12:30~13:30 Pilates Workout (members only) Jyuli	12:30~13:30 Hip&Leg Jyuli		12:30~13:30 Basic Sana	12:30~13:30 Back&Arm miho		12:30~13:30 Basic Sana	12:30~13:30 Basic Sana	12:30~13:30 Back&Arm miho
13:30	14:30~15:30 Basic Sana	14:30~15:30 Back&Arm miho		16:30~17:30 Waist Jyuli	18:00~19:00 Waist Sana		18:00~19:00 Basic Reona	18:00~19:00 Back&Arm miho	18:00~19:00 Hip&Leg Reona
15:00									14:30~15:30 Hip&Leg Reona
16:00									
17:00	17:00~18:00 Stretch&Conditioning miho								17:00~18:00 Waist Jyuli
18:00									
19:30									
21:00					20:00~21:00 Back&Arm Jyuli		20:00~21:00 Pilates Workout (members only) Reona	20:00~21:00 Basic Jyuli	20:00~21:00 Waist Jyuli

	10月9日(日)	10月10日(月)	10月11日(火)	10月12日(水)	10月13日(木)	10月14日(金)	10月15日(土)	
10:30	10:30~11:30 Back&Arm Jyuli	close	10:30~11:30 Hip&Leg Reona	10:30~11:30 Back&Arm miho		10:30~11:30 Basic Reona	10:30~11:30 Stretch&Conditioning miho	
12:00	12:30~13:30 Basic Reona		12:30~13:30 Waist Sana	12:30~13:30 Basic Reona		12:30~13:30 Pilates Workout (members only) Jyuli	12:30~13:30 Basic Sana	
13:30	14:30~15:30 Waist Sana						14:30~15:30 Waist Reona	
15:00	16:30~17:30 Hip&Leg Reona						17:00~18:00 Hip&Leg Reona	
16:00								
17:00								
18:00				18:00~19:00 Back&Arm miho		18:00~19:00 Hip&Leg Jyuli	18:00~19:00 Stretch&Conditioning miho	18:00~19:00 Basic Sana
19:30								
21:00				20:00~21:00 Basic Sana		20:00~21:00 Waist Sana	20:00~21:00 Hip&Leg Jyuli	20:00~21:00 Back&Arm Jyuli

- ・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 天王寺店 Lesson Schedule

2022/10/16～2022/10/31

	10月16日(日)	10月17日(月)	10月18日(火)	10月19日(水)	10月20日(木)	10月21日(金)	10月22日(土)	10月23日(日)
10:30	10:30～11:30 Waist Sana	close	10:30～11:30 Back&Arm miho	10:30～11:30 Basic Sana		10:30～11:30 Hip&Leg Reona	10:30～11:30 Back&Arm miho	10:30～11:30 Basic Sana
12:00	12:30～13:30 Back&Arm miho		12:30～13:30 Basic Reona	12:30～13:30 Waist Jyuli		12:30～13:30 Back&Arm miho	12:30～13:30 Hip&Leg Jyuli	12:30～13:30 Stretch&Conditioning miho
13:30	14:30～15:30 Hip&Leg Reona		14:30～15:30 Basic Sana					14:30～15:30 Pilates Workout (members only) Jyuli
15:00	16:30～17:30 Basic Jyuli		17:00～18:00 Waist Jyuli	18:00～19:00 Basic Jyuli		18:00～19:00 Stretch&Conditioning miho	18:00～19:00 Pilates Workout (members only) Reona	18:00～19:00 Waist Jyuli
16:00			20:00～21:00 Waist Sana	20:00～21:00 Hip&Leg Reona		20:00～21:00 Back&Arm miho	20:00～21:00 Basic Sana	
17:00								
18:00								
19:30								
21:00								

	10月24日(月)	10月25日(火)	10月26日(水)	10月27日(木)	10月28日(金)	10月29日(土)	10月30日(日)	10月31日(月)
10:30	close	10:30～11:30 Waist Sana	10:30～11:30 Back&Arm Luna		10:30～11:30 Basic Reona	10:30～11:30 Waist Sana	10:30～11:30 Hip&Leg Reona	close
12:00		12:30～13:30 Back&Arm miho	12:30～13:30 Stretch&Conditioning miho		12:30～13:30 Pilates Workout (members only) Reona	12:30～13:30 Basic Rei	12:30～13:30 Waist Jyuli	
13:30		14:30～15:30 Hip&Leg Reona	14:30～15:30 Back&Arm Sana		16:30～17:30 Stretch&Conditioning miho	17:00～18:00 Basic Reona		
15:00		18:00～19:00 Hip&Leg Reona	18:00～19:00 Basic Sana		18:00～19:00 Back&Arm miho	18:00～19:00 Basic Sana		
16:00		20:00～21:00 Back&Arm Jyuli	20:00～21:00 Pilates Workout (members only) Reona		20:00～21:00 Basic Mayu	20:00～21:00 Hip&Leg Rei		
17:00								
18:00								
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）