



pilates

# pilates K 天王寺店 Lesson Schedule

更新日2022/11/5

2022/11/1~2022/11/15

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

	11月9日(水)	11月10日(木)	11月11日(金)	11月12日(土)	11月13日(日)	11月14日(月)	11月15日(火)	
10:30	10:30~11:30 Stretch&Conditioning miho		10:30~11:30 Hip&Leg Yume	10:30~11:30 Waist miho	10:30~11:30 Jump to Burn Jyuli	close	10:30~11:30 Basic Manami	
12:00								
12:30	12:30~13:30 Hip&Leg Rei		12:30~13:30 Basic Yume	12:30~13:30 Back&Arm Jyuli	12:30~13:30 Basic Rei		12:30~13:30 Back&Arm miho	
13:30								
14:30				14:30~15:30 Body Balance AOI	14:30~15:30 Pilates Workout (members only) Reona			
15:00								
16:00					16:30~17:30 Back&Arm miho			
17:00				17:00~18:00 Hip&Leg Rei				
18:00		18:00~19:00 Waist Rei	18:00~19:00 Jump to Burn Jyuli				18:00~19:00 Hip&Leg Reona	
19:30								
20:00	20:00~21:00 Back&Arm Jyuli	20:00~21:00 Stretch&Conditioning miho	20:00~21:00 Basic Jyuli			20:00~21:00 Body Balance Reona		
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 天王寺店 Lesson Schedule

2022/11/16～2022/11/31

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

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

**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）