



pilates

pilates K 天王寺店 Lesson Schedule

更新日2023/2/22

2023/3/1~2023/3/15

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

	3月9日(木)	3月10日(金)	3月11日(土)	3月12日(日)	3月13日(月)	3月14日(火)	3月15日(水)	
10:30		10:30~11:30 Hip&Leg Jyuli	10:30~11:30 Stretch&Conditioning miho	10:30~11:30 Waist Reona	close	10:30~11:30 Hip Punch (members only) Reona	10:30~11:30 Back & Spine Reona	
12:00		12:30~13:30 Basic Jyuli	12:00~13:00 Waist miho	12:30~13:30 Basic mami		12:30~13:30 Back&Arm Reona	12:30~13:30 Body Balance Reona	
13:30			13:30~14:30 Jump to Burn Jyuli	14:30~15:30 Hip&Leg Jyuli				
15:00			15:00~16:00 Basic mami	16:30~17:30 Pilates Cardio Reona				
17:00			17:00~18:00 Back&Arm Jyuli					
18:00		18:00~19:00 Hip&Leg Jyuli	18:00~19:00 Basic mami				18:00~19:00 Basic Jyuli	18:00~19:00 Waist 未定
19:30		19:30~20:30 Basic mami	19:30~20:30 Body Balance miho				19:30~20:30 Stretch&Conditioning miho	19:30~20:30 Back&Arm miho
21:00		21:00~22:00 Pilates Barre Jyuli	21:00~22:00 Waist miho				21:00~22:00 Advance (members only) Jyuli	21:00~22:00 Basic mami

- ・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

2023/3/16~2023/3/31

	3月16日(木)	3月17日(金)	3月18日(土)	3月19日(日)	3月20日(月)	3月21日(火)	3月22日(水)	3月23日(木)
10:30		10:30~11:30 Stretch&Conditioning miho	10:30~11:30 Pilates Cardio Jyuli	10:30~11:30 Basic mami	close	10:30~11:30 Hip&Leg Reona	10:30~11:30 Basic mami	
12:00		12:30~13:30 Basic mami	12:00~13:00 Back & Spine Reona	12:30~13:30 Pilates Barre Jyuli		12:00~13:00 Basic Jyuli	12:30~13:30 Advance (members only) Jyuli	
13:30			13:30~14:30 Waist miho	14:30~15:30 Waist 未定		13:30~14:30 Waist 未定		
15:00			15:00~16:00 Body Balance Reona	16:30~17:30 Hip&Leg Jyuli		15:00~16:00 Pilates Workout (members only) Reona		
17:00		18:00~19:00 Shape up Waist (members only) Jyuli	17:00~18:00 Basic miho			17:00~18:00 Back&Arm Jyuli		18:00~19:00 Hip Punch (members only) Reona
18:00	18:00~19:00 Basic miho						18:00~19:00 Back&Arm Reona	19:30~20:30 Basic miho
19:30	19:30~20:30 Waist 未定	19:30~20:30 Basic miho					19:30~20:30 Back & Spine Reona	21:00~22:00 Stretch&Conditioning miho
21:00	21:00~22:00 Body Balance miho	21:00~22:00 Hip&Leg Jyuli						21:00~22:00 Jump to Burn Reona

	3月24日(金)	3月25日(土)	3月26日(日)	3月27日(月)	3月28日(火)	3月29日(水)	3月30日(木)	3月31日(金)	
10:30	10:30~11:30 Shape up Waist (members only) Reona	10:30~11:30 Advance (members only) Jyuli	10:30~11:30 Waist 未定	close	10:30~11:30 Basic mami	10:30~11:30 Back&Arm Jyuli		10:30~11:30 Basic mami	
12:00	12:30~13:30 Hip&Leg Reona	12:00~13:00 Waist 未定	12:30~13:30 Body Balance miho		12:30~13:30 Body Balance miho	12:30~13:30 Hip&Leg Reona		12:30~13:30 Pilates Workout (members only) Jyuli	
13:30		13:30~14:30 Basic miho	14:30~15:30 Basic mami						
15:00		15:00~16:00 Jump to Burn Jyuli	16:30~17:30 Stretch&Conditioning miho						
17:00		17:00~18:00 Back&Arm miho				18:00~19:00 Back & Spine Reona	18:00~19:00 Waist 未定	18:00~19:00 Basic miho	18:00~19:00 Hip&Leg Reona
18:00	18:00~19:00 Basic mami					19:30~20:30 Basic miho	19:30~20:30 Jump to Burn Reona	19:30~20:30 Shape up Waist (members only) Jyuli	19:30~20:30 Basic Jyuli
19:30	19:30~20:30 Waist 未定					21:00~22:00 Hip Punch (members only) Reona	21:00~22:00 Basic mami	21:00~22:00 Back&Arm miho	21:00~22:00 Pilates Cardio Reona

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）