



pilates

pilates K 天王寺店 Lesson Schedule

更新日2023/3/15

2023/4/1~2023/4/15

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

	4月9日(日)	4月10日(月)	4月11日(火)	4月12日(水)	4月13日(木)	4月14日(金)	4月15日(土)	
10:30	10:30~11:30 Body Balance miho	close	10:30~11:30 Back&Arm Jyuli	10:30~11:30 Waist mami		10:30~11:30 Pilates Workout (members only) Jyuli	10:30~11:30 Back&Arm miho	
12:00	12:00~13:00 Basic 未定		12:00~13:00 Basic 未定	12:00~13:00 Hip&Leg Reona		12:00~13:00 Basic 未定	12:00~13:00 Back&Arm miho	12:00~13:00 Basic 未定
13:30	13:30~14:30 Back&Arm miho		13:30~14:30 Jump to Burn Jyuli	13:30~14:30 Basic mami		13:30~14:30 Basic 未定	13:30~14:30 Pilates Cardio Reona	13:30~14:30 Pilates Cardio Reona
15:00	15:00~16:00 Release&Strength Jyuli						15:00~16:00 Animal Stretch (members only) miho	15:00~16:00 Animal Stretch (members only) miho
17:00								16:30~17:30 Basic Reona
18:00			18:00~19:00 Back & Spine Reona	18:00~19:00 Advance (members only) Jyuli		18:00~19:00 Jump to Burn Jyuli	18:00~19:00 Hip&Leg Reona	18:30~19:30 Back & Spine Reona
19:30			19:30~20:30 Waist mami	19:30~20:30 Basic 未定		19:30~20:30 Stretch&Conditioning miho	19:30~20:30 Basic mami	
21:00			21:00~22:00 Hip Punch (members only) Reona	21:00~22:00 Body Balance miho		21:00~22:00 Basic 未定	21:00~22:00 Pilates Cardio Reona	

- ・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 K 天王寺店 Lesson Schedule

2023/4/16～2023/4/30

	4月16日(日)	4月17日(月)	4月18日(火)	4月19日(水)	4月20日(木)	4月21日(金)	4月22日(土)	4月23日(日)
10:30	10:30～11:30 Basic 未定	close	10:30～11:30 Back&Arm miho	10:30～11:30 Release&Strength Jyuli		10:30～11:30 Animal Stretch (members only) miho	10:30～11:30 Basic Jyuli	10:30～11:30 Back&Arm miho
12:00	12:00～13:00 Stretch&Conditioning miho		12:00～13:00 Basic 未定	12:00～13:00 Back & Spine Reona		12:00～13:00 Waist mami	12:00～13:00 Jump to Burn Reona	12:00～13:00 Waist mami
13:30	13:30～14:30 Basic mami		13:30～14:30 Body Balance miho	13:30～14:30 Shape up Waist (members only) Jyuli		13:30～14:30 Basic 未定	13:30～14:30 Back&Arm miho	13:30～14:30 Hip Punch (members only) Reona
15:00	15:00～16:00 Back&Arm miho		18:00～19:00 Pilates Cardio Reona	18:00～19:00 Body Balance miho		18:00～19:00 Pilates Workout (members only) Reona	18:00～19:00 Release&Strength Jyuli	18:00～19:00 Waist mami
17:00			19:30～20:30 Hip&Leg Jyuli	19:30～20:30 Waist mami		19:30～20:30 Basic 未定	19:30～20:30 Shape up Waist (members only) Reona	16:30～17:30 Stretch&Conditioning miho
18:00			21:00～22:00 Animal Stretch (members only) Reona	21:00～22:00 Basic 未定		21:00～22:00 Waist mami	21:00～22:00 Hip&Leg Jyuli	
19:30								
21:00								

	4月24日(月)	4月25日(火)	4月26日(水)	4月27日(木)	4月28日(金)	4月29日(土)	4月30日(日)
10:30	close	10:30～11:30 Basic 未定	10:30～11:30 Pilates Workout (members only) Jyuli		10:30～11:30 Release&Strength Jyuli	10:30～11:30 Waist miho	10:30～11:30 Pilates Cardio Reona
12:00		12:00～13:00 Hip Punch (members only) Reona	12:00～13:00 Basic mami		12:00～13:00 Back&Arm miho	12:00～13:00 Basic 未定	12:00～13:00 Basic 未定
13:30		13:30～14:30 Stretch&Conditioning miho	13:30～14:30 Back & Spine Reona		13:30～14:30 Pilates Cardio Jyuli	13:30～14:30 Body Balance miho	13:30～14:30 Back & Spine Jyuli
15:00						15:00～16:00 Basic mami	15:00～16:00 Waist mami
17:00						16:30～17:30 Hip&Leg Reona	
18:00		18:00～19:00 Waist mami	18:00～19:00 Back&Arm miho		18:00～19:00 Release&Strength Jyuli	18:00～19:00 Basic mami	18:30～19:30 Hip Punch (members only) Reona
19:30		19:30～20:30 Pilates Barre Jyuli	19:30～20:30 Basic 未定		19:30～20:30 Body Balance miho	19:30～20:30 Waist mami	
21:00		21:00～22:00 Basic mami	21:00～22:00 Body Balance miho		21:00～22:00 Advance (members only) Jyuli	21:00～22:00 Basic 未定	

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）