



pilates

pilates K NU茶屋町店 Lesson Schedule

更新日2023/4/15

2023/5/1~2023/5/15

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

	5月9日(火)	5月10日(水)	5月11日(木)	5月12日(金)	5月13日(土)	5月14日(日)	5月15日(月)
10:30	10:30~11:30 Basic 未定	10:30~11:30 Hip Punch (members only) Rei	10:30~11:30 Release&Strength Ryon	10:30~11:30 Hip&Leg rina	10:30~11:30 Body Balance Ryon	10:30~11:30 Pilates Barre Rei	close
12:00	12:00~13:00 Pilates Workout (members only) Ryon	12:00~13:00 Pilates Barre Ryon	12:00~13:00 Hip&Leg rina	12:00~13:00 Advance (members only) Ryon	12:00~13:00 Back & Spine Rei	12:00~13:00 Basic 未定	
13:30	13:30~14:30 Body Balance Rei	13:30~14:30 Stretch&Conditioning Rei	13:30~14:30 Back & Spine Ryon	13:30~14:30 Back&Arm rina	13:30~14:30 Basic 未定	13:30~14:30 Animal Stretch (members only) Luna	
14:30					15:00~16:00 Waist Luna	15:00~16:00 Hip&Leg rina	
					16:30~17:30 Pilates Workout (members only) Ryon	16:30~17:30 Pilates Cardio Luna	
17:30	17:30~18:30 Hip&Leg rina	17:30~18:30 Basic 未定	17:30~18:30 Animal Stretch (members only) rina	17:30~18:30 Waist Ryon			
19:00	19:00~20:00 Back & Spine Rei	19:00~20:00 Back&Arm rina	19:00~20:00 Body Balance Rei	19:00~20:00 Basic 未定	18:30~19:30 Jump to Burn Luna		
20:30	20:30~21:30 Back&Arm rina	20:30~21:30 Hip&Leg rina	20:30~21:30 Basic 未定	20:30~21:30 Shape up Waist (members only) Luna			
21:30							

- ・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 NU茶屋町店 Lesson Schedule

2023/5/16～2023/5/31

	5月16日(火)	5月17日(水)	5月18日(木)	5月19日(金)	5月20日(土)	5月21日(日)	5月22日(月)	5月23日(火)
10:30	10:30～11:30 Stretch&Conditioning rina	10:30～11:30 Hip&Leg rina	10:30～11:30 Shape up Waist (members only) Luna	10:30～11:30 Basic 未定	10:30～11:30 Animal Stretch (members only) Luna	10:30～11:30 Basic 未定	close	10:30～11:30 Jump to Burn Ryon
12:00	12:00～13:00 Body Balance Ryon	12:00～13:00 Basic 未定	12:00～13:00 Back&Arm rina	12:00～13:00 Pilates Cardio Luna	12:00～13:00 Back&Arm 未定	12:00～13:00 Hip&Leg rina		12:00～13:00 Hip Punch (members only) Rei
13:30	13:30～14:30 Hip&Leg rina	13:30～14:30 Animal Stretch (members only) rina	13:30～14:30 Basic Luna	13:30～14:30 Back&Arm 未定	13:30～14:30 Back&Spine Ryon	13:30～14:30 Body Balance Rei		13:30～14:30 Release&Strength Ryon
14:30					15:00～16:00 Hip&Leg rina	15:00～16:00 Back&Arm rina		
					16:30～17:30 Basic 未定	16:30～17:30 Hip Punch (members only) Rei		
17:30	17:30～18:30 Back&Arm 未定	17:30～18:30 Jump to Burn Luna	17:30～18:30 Hip&Leg rina	17:30～18:30 Basic Luna	18:30～19:30			17:30～18:30 Pilates Barre Rei
19:00	19:00～20:00 Hip Punch (members only) Ryon	19:00～20:00 Pilates Barre Ryon	19:00～20:00 Back & Spine Ryon	19:00～20:00 Waist Ryon	Advance (members only) Ryon			19:00～20:00 Basic Luna
20:30	20:30～21:30 Basic 未定	20:30～21:30 Pilates Cardio Luna	20:30～21:30 Release&Strength Ryon	20:30～21:30 Pilates Workout (members only) Ryon				20:30～21:30 Shape up Waist (members only) Luna
21:30								

	5月24日(水)	5月25日(木)	5月26日(金)	5月27日(土)	5月28日(日)	5月29日(月)	5月30日(火)	5月31日(水)
10:30	10:30～11:30 Pilates Cardio Luna	10:30～11:30 Pilates Workout (members only) Ryon	10:30～11:30 Waist Luna	10:30～11:30 Hip&Leg rina	10:30～11:30 Waist Rei	close	10:30～11:30 Jump to Burn Luna	10:30～11:30 Back&Arm 未定
12:00	12:00～13:00 Back&Spine Rei	12:00～13:00 Basic 未定	12:00～13:00 Back&Arm 未定	12:00～13:00 Pilates Barre Rei	12:00～13:00 Advance (members only) Ryon		12:00～13:00 Back&Arm 未定	12:00～13:00 Basic 未定
13:30	13:30～14:30 Basic 未定	13:30～14:30 Back&Arm 未定	13:30～14:30 Jump to Burn Luna	13:30～14:30 Basic 未定	13:30～14:30 Body Balance Rei		13:30～14:30 Animal Stretch (members only) Luna	13:30～14:30 Waist Luna
14:30				15:00～16:00 Pilates Cardio Luna	15:00～16:00 Basic 未定			
				16:30～17:30 Stretch&Conditioning Rei	16:30～17:30 Back&Spine Ryon			
17:30	17:30～18:30 Body Balance Ryon	17:30～18:30 Hip&Leg rina	17:30～18:30 Hip Punch (members only) Rei	18:30～19:30			17:30～18:30 Basic 未定	17:30～18:30 Pilates Workout (members only) Ryon
19:00	19:00～20:00 Animal Stretch (members only) rina	19:00～20:00 Basic 未定	19:00～20:00 Hip&Leg rina	19:00～20:00 Shape up Waist (members only) Luna			19:00～20:00 Release&Strength Ryon	19:00～20:00 Hip&Leg rina
20:30	20:30～21:30 Back&Arm 未定	20:30～21:30 Stretch&Conditioning rina	20:30～21:30 Basic Rei				20:30～21:30 Hip&Leg rina	20:30～21:30 Body Balance Rei
21:30								

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）