



pilates

pilates K 天王寺店 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 Basic mami	10:30~11:30 Waist mami	10:30~11:30 Release&Strength Jyuli	10:30~11:30 Basic yun	10:30~11:30 Hip&Leg Reona	10:30~11:30 Stretch&Conditioning miho	close
12:00		12:00~13:00 Back&Spine Jyuli	12:00~13:00 Pilates Cardio Reona	12:00~13:00 Basic yun	12:00~13:00 Jump to Burn Reona	12:00~13:00 Basic yun	12:00~13:00 Hip&Leg Reona	
13:30		13:30~14:30 Waist mami	13:30~14:30 Basic yun	13:30~14:30 Hip&Leg Reona	13:30~14:30 Waist mami	13:30~14:30 Stretch&Conditioning miho	13:30~14:30 Basic yun	
15:00		15:00~16:00 Animal Stretch (members only) miho	15:00~16:00 Basic yun	15:00~16:00 Waist mami	15:00~16:00 Basic yun	15:00~16:00 Shape up Waist (members only) Reona	15:00~16:00 Back&Spine Reona	
			16:30~17:30 Basic yun	16:30~17:30 Hip Punch (members only) Reona	16:30~17:30 Basic yun	16:30~17:30 Body Balance miho		
17:00		18:00~19:00 Back&Arm miho	18:30~19:30 Basic yun	18:30~19:30 Pilates Workout (members only) Reona	18:30~19:30 Back&Arm miho	18:30~19:30 Body Balance miho		
18:00		19:30~20:30 Advance (members only) Jyuli						
19:30		21:00~22:00 Stretch&Conditioning miho						
21:00								

	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 Body Balance miho	10:30~11:30 Waist mami	close	10:30~11:30 Pilates Barre Jyuli	10:30~11:30 Basic yun	10:30~11:30 Shape up Waist (members only) Jyuli	close
12:00	12:00~13:00 Basic mami	12:00~13:00 Stretch&Conditioning miho		12:00~13:00 Body Balance miho	12:00~13:00 Back&Arm miho	12:00~13:00 Basic yun	
13:30	13:30~14:30 Animal Stretch (members only) miho	13:30~14:30 Basic yun		13:30~14:30 Hip&Leg Jyuli	13:30~14:30 Waist mami	13:30~14:30 Pilates Barre Jyuli	
15:00	15:00~16:00 Basic yun	15:00~16:00 Back&Arm miho		15:00~16:00 Basic yun	15:00~16:00 Basic yun	15:00~16:00 Back&Arm miho	
				16:30~17:30 Body Balance miho	16:30~17:30 Body Balance miho	16:30~17:30 Body Balance miho	
17:00	18:00~19:00 Basic mami	18:00~19:00 Hip Punch (members only) Reona		18:00~19:00 Pilates Cardio Reona	18:00~19:00 Pilates Cardio Reona	18:00~19:00 Stretch&Conditioning miho	
18:00	19:30~20:30 Waist mami	19:30~20:30 Back&Spine Reona		19:30~20:30 Basic yun	19:30~20:30 Basic mami	19:30~20:30 Basic mami	
19:30	21:00~22:00 Basic yun	21:00~22:00 Release&Strength Jyuli		21:00~22:00 Waist mami	21:00~22:00 Pilates Workout (members only) Reona	21:00~22:00 Pilates Workout (members only) 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

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 Waist mami	10:30~11:30 Pilates Barre Jyuli		10:30~11:30 Back & Spine key	10:30~11:30 Stretch&Conditioning miho	10:30~11:30 Hip&Leg Jyuli	close	10:30~11:30 Stretch&Conditioning miho	
12:00	12:00~13:00 Animal Stretch (members only) miho	12:00~13:00 Basic yun		12:00~13:00 Hip Punch (members only) key	12:00~13:00 Basic mami	12:00~13:00 Body Balance miho		12:00~13:00 Body Balance miho	12:00~13:00 Waist mami
13:30	13:30~14:30 Basic mami	13:30~14:30 Advance (members only) Jyuli		13:30~14:30 Basic mami	13:30~14:30 Back&Arm miho	13:30~14:30 Basic yun		13:30~14:30 Basic yun	13:30~14:30 Body Balance miho
15:00						15:00~16:00 Basic yun		15:00~16:00 Jump to Burn Jyuli	
						16:30~17:30 Shape up Waist (members only) Yume			
17:00									
18:00	18:00~19:00 Hip&Leg Jyuli	18:00~19:00 Body Balance miho		18:00~19:00 Basic mami	18:00~19:00 Animal Stretch (members only) miho	18:30~19:30 Hip&Leg Yume			18:00~19:00 Pilates Workout (members only) Jyuli
19:30	19:30~20:30 Basic yun	19:30~20:30 Back&Arm miho	19:30~20:30 Release&Strength Jyuli	19:30~20:30 Back&Arm miho			19:30~20:30 Basic yun		
21:00	21:00~22:00 Back&Spine Jyuli	21:00~22:00 Basic yun	21:00~22:00 Shape up Waist (members only) Jyuli	21:00~22:00 Basic yun			21:00~22:00 Release&Strength Jyuli		

	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 Release&Strength Jyuli		10:30~11:30 Body Balance miho	10:30~11:30 Pilates Barre Jyuli	10:30~11:30 Advance (members only) Jyuli	close	10:30~11:30 Jump to Burn Jyuli	10:30~11:30 Basic yun	
12:00	12:00~13:00 Pilates Workout (members only) Jyuli		12:00~13:00 Jump to Burn Jyuli	12:00~13:00 Hip&Leg Jyuli	12:00~13:00 Waist mami		12:00~13:00 Basic mami	12:00~13:00 Basic mami	12:00~13:00 Stretch&Conditioning miho
13:30	13:30~14:30 Basic mami		13:30~14:30 Back&Arm miho	13:30~14:30 Basic yun	13:30~14:30 Basic yun		13:30~14:30 Release&Strength Jyuli	13:30~14:30 Hip&Leg Jyuli	13:30~14:30 Animal Stretch (members only) miho
15:00					15:00~16:00 Waist mami		15:00~16:00 Basic mami		
					16:30~17:30 Basic yun				
17:00									
18:00	18:00~19:00 Basic yun		18:00~19:00 Waist mami	18:00~19:00 Release&Strength Jyuli	18:30~19:30 Back & Spine Jyuli			18:00~19:00 Waist mami	18:00~19:00 Pilates Barre Jyuli
19:30	19:30~20:30 Waist mami	19:30~20:30 Jump to Burn Luna	19:30~20:30 Basic yun			19:30~20:30 Stretch&Conditioning miho	19:30~20:30 Basic mami		
21:00	21:00~22:00 Back&Arm miho	21:00~22:00 Basic yun	21:00~22:00 Pilates Cardio Jyuli			21:00~22:00 Basic yun	21:00~22:00 Waist mami		

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）