

pilates

pilates K NU茶屋町店 Lesson Schedule

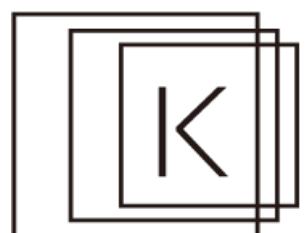
更新日2023/5/15

2023/6/1～2023/6/15

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

| | 6月9日(金) | 6月10日(土) | 6月11日(日) | 6月12日(月) | 6月13日(火) | 6月14日(水) | 6月15日(木) | |
|-------|---|--|--|----------|---|---|---|--|
| 10:30 | 10:30～11:30 Basic 未定 | 10:30～11:30 Waist Rei | 10:30～11:30 Back & Spine Rei | close | 10:30～11:30 Hip Punch (members only) Rei | 10:30～11:30 Back&Arm rina | 10:30～11:30 Hip&Leg rina | |
| 12:00 | 12:00～13:00 Back&Arm Luna | 12:00～13:00 Basic 未定 | 12:00～13:00 Advance (members only) Ryon | | 12:00～13:00 Stretch&Conditioning rina | 12:00～13:00 Release&Strength Ryon | 12:00～13:00 Pilates Cardio Luna | |
| 13:30 | 13:30～14:30 Shape up Waist (members only) Luna | 13:30～14:30 Pilates Workout (members only) Ryon | 13:30～14:30 Pilates Cardio Luna | | 13:30～14:30 Back & Spine Ryon | 13:30～14:30 Hip&Leg rina | 13:30～14:30 Back&Arm rina | |
| 14:30 | | 15:00～16:00 Release&Strength Ryon | 15:00～16:00 Basic Luna | | | | | |
| | | 16:30～17:30 Pilates Barre Rei | 16:30～17:30 Hip&Leg rina | | | | | |
| 17:30 | 17:30～18:30 Back & Spine Ryon | 18:30～19:30 Body Balance Ryon | | | | 17:30～18:30 Basic 未定 | 17:30～18:30 Body Balance Rei | 17:30～18:30 Pilates Workout (members only) Ryon |
| 19:00 | 19:00～20:00 Hip&Leg Rei | | | | | 19:00～20:00 Pilates Barre Ryon | 19:00～20:00 Shape up Waist (members only) Luna | 19:00～20:00 Basic 未定 |
| 20:30 | 20:30～21:30 Jump to Burn Ryon | | | | | 20:30～21:30 Animal Stretch (members only) Luna | 20:30～21:30 Basic 未定 | 20:30～21:30 Body Balance Ryon |
| 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

2023/6/16～2023/6/30

| | 6月16日(金) | 6月17日(土) | 6月18日(日) | 6月19日(月) | 6月20日(火) | 6月21日(水) | 6月22日(木) | 6月23日(金) | |
|-------|---|---|---|----------|---|--|--|---|--|
| 10:30 | 10:30～11:30 Jump to Burn Luna | 10:30～11:30 Pilates Barre Rei | 10:30～11:30 Animal Stretch (members only) Luna | close | 10:30～11:30 Pilates Cardio Luna | 10:30～11:30 Release&Strength Ryon | 10:30～11:30 Basic 未定 | 10:30～11:30 Hip&Leg 未定 | |
| 12:00 | 12:00～13:00 Hip Punch (members only) Rei | 12:00～13:00 Shape up Waist (members only) Luna | 12:00～13:00 Back&Arm Luna | | 12:00～13:00 Back&Arm Luna | 12:00～13:00 Basic 未定 | 12:00～13:00 Basic 未定 | 12:00～13:00 Animal Stretch (members only) Luna | 12:00～13:00 Pilates Barre Ryon |
| 13:30 | 13:30～14:30 Basic Luna | 13:30～14:30 Basic 未定 | 13:30～14:30 Waist 未定 | | 13:30～14:30 Basic 未定 | 13:30～14:30 Hip Punch (members only) Ryon | 13:30～14:30 Hip Punch (members only) Ryon | 13:30～14:30 Waist 未定 | 13:30～14:30 Jump to Burn Luna |
| 14:30 | | 15:00～16:00 Body Balance Rei | 15:00～16:00 Pilates Cardio Luna | | | | | | |
| | | 16:30～17:30 Back&Arm Luna | 16:30～17:30 Basic 未定 | | | | | | |
| 17:30 | 17:30～18:30 Waist 未定 | 18:30～19:30 Waist 未定 | | | 17:30～18:30 Shape up Waist (members only) 未定 | 17:30～18:30 Body Balance Rei | 17:30～18:30 Body Balance Rei | 17:30～18:30 Stretch&Conditioning Rei | 17:30～18:30 Basic 未定 |
| 19:00 | 19:00～20:00 Hip&Leg Rei | | | | 19:00～20:00 Waist 未定 | 19:00～20:00 Pilates Cardio Luna | 19:00～20:00 Pilates Cardio Luna | 19:00～20:00 Back&Arm Luna | 19:00～20:00 Pilates Workout (members only) Ryon |
| 20:30 | 20:30～21:30 Basic 未定 | | | | 20:30～21:30 Back & Spine Ryon | 20:30～21:30 Hip&Leg Rei | 20:30～21:30 Hip&Leg Rei | 20:30～21:30 Shape up Waist (members only) 未定 | 20:30～21:30 Waist 未定 |
| 21:30 | | | | | | | | | |

| | 6月24日(土) | 6月25日(日) | 6月26日(月) | 6月27日(火) | 6月28日(水) | 6月29日(木) | 6月30日(金) | |
|-------|---|--|----------|--------------------------------------|---|--|-------------------------------------|---|
| 10:30 | 10:30～11:30 Hip&Leg Rei | 10:30～11:30 Body Balance Ryon | close | 10:30～11:30 Waist 未定 | 10:30～11:30 Back & Spine Ryon | 10:30～11:30 Pilates Workout (members only) Ryon | 10:30～11:30 Body Balance Rei | |
| 12:00 | 12:00～13:00 Waist 未定 | 12:00～13:00 Hip&Leg 未定 | | 12:00～13:00 Pilates Barre Ryon | 12:00～13:00 Shape up Waist (members only) 未定 | 12:00～13:00 Jump to Burn Luna | 12:00～13:00 Jump to Burn Luna | 12:00～13:00 Waist 未定 |
| 13:30 | 13:30～14:30 Shape up Waist (members only) 未定 | 13:30～14:30 Basic Rei | | 13:30～14:30 Basic 未定 | 13:30～14:30 Body Balance Ryon | 13:30～14:30 Body Balance Ryon | 13:30～14:30 Basic Ryon | 13:30～14:30 Hip Punch (members only) Rei |
| 14:30 | 15:00～16:00 Back & Spine Rei | 15:00～16:00 Pilates Workout (members only) Ryon | | | | | | |
| | 16:30～17:30 Basic 未定 | 16:30～17:30 Stretch&Conditioning Rei | | | | | | |
| 17:30 | 18:30～19:30 Release&Strength Ryon | | | | 17:30～18:30 Hip&Leg 未定 | 17:30～18:30 Hip Punch (members only) Rei | 17:30～18:30 Back & Spine Rei | 17:30～18:30 Animal Stretch (members only) Luna |
| 19:00 | | | | | 19:00～20:00 Advance (members only) Ryon | 19:00～20:00 Basic 未定 | 19:00～20:00 Hip&Leg 未定 | 19:00～20:00 Jump to Burn Ryon |
| 20:30 | | | | | 20:30～21:30 Pilates Cardio Luna | 20:30～21:30 Waist 未定 | 20:30～21:30 Pilates Barre Rei | 20:30～21:30 Basic 未定 |
| 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）