

pilates

# pilates K 八尾店 Lesson Schedule

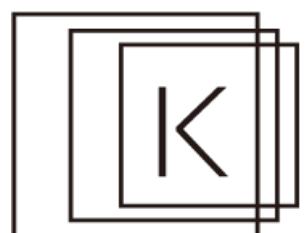
更新日2023/10/22

2023/11/1～2023/11/15

	11月1日(水)	11月2日(木)	11月3日(金)	11月4日(土)	11月5日(日)	11月6日(月)	11月7日(火)	11月8日(水)
10:30	close	close	close	10:30～11:30 Basic On	10:30～11:30 Waist Manami	close	close	close
12:00				12:30～13:30 Waist Manami	12:30～13:30 Basic Reina			
13:30				14:30～15:30 Hip&Leg On	14:30～15:30 Stretch&Conditioning Manami			
15:00				16:30～17:30 Basic Reina				
17:00				17:00～18:00 Back&Arm Yuno				
18:00								
19:30								
21:00								

	11月9日(木)	11月10日(金)	11月11日(土)	11月12日(日)	11月13日(月)	11月14日(火)	11月15日(水)
10:30	close	10:30～11:30 Hip&Leg On	10:30～11:30 Back&Arm Yuno	10:30～11:30 Basic Reina	close	10:30～11:30 Back&Arm Yuno	10:30～11:30 Stretch&Conditioning On
12:00		12:30～13:30 Basic Manami	12:30～13:30 Waist Manami	12:30～13:30 Hip&Leg On		12:30～13:30 Basic Reina	12:30～13:30 Hip&Leg On
13:30		14:30～15:30 Basic Reina	14:30～15:30 Stretch&Conditioning Manami				
15:00		16:30～17:30 Back&Arm Yuno					
17:00		17:00～18:00 Hip&Leg On					
18:00		18:00～19:00 Back&Arm Yuno	18:00～19:00 Basic Reina	18:00～19:00 Hip&Leg On		18:00～19:00 Basic Reina	
19:30		20:30～21:30 Basic On	20:30～21:30 Stretch&Conditioning Manami	20:30～21:30 Waist Manami		20:30～21:30 Back&Arm 未定	
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 八尾店 Lesson Schedule

2023/11/16～2023/11/30

	11月16日(木)	11月17日(金)	11月18日(土)	11月19日(日)	11月20日(月)	11月21日(火)	11月22日(水)	11月23日(木)	
10:30		10:30～11:30 Basic Reina	10:30～11:30 Back&Arm Yuno	10:30～11:30 Basic Reina	close	10:30～11:30 Basic Reina	10:30～11:30 Waist On	10:30～11:30 Basic Reina	
12:00		12:30～13:30 Back&Arm Yuno	12:30～13:30 Stretch&Conditioning Manami	12:30～13:30 Back&Arm Yuno		12:30～13:30 Back&Arm 未定	12:30～13:30 Hip&Leg Reina	12:30～13:30 未定	
13:30			14:30～15:30 Basic Reina	14:30～15:30 Waist Manami				14:30～15:30 Hip&Leg On	
15:00				16:30～17:30 Basic Reina					
17:00			17:00～18:00 Basic Manami					17:00～18:00 Waist On	
18:00		18:00～19:00 Basic Reina	18:00～19:00 Waist Manami				18:00～19:00 Waist On	18:00～19:00 Basic On	
19:30		20:30～21:30 Back&Arm Yuno	20:30～21:30 Basic Reina				20:30～21:30 Stretch&Conditioning On	20:30～21:30 Back&Arm Yuno	
21:00									

	11月24日(金)	11月25日(土)	11月26日(日)	11月27日(月)	11月28日(火)	11月29日(水)	11月30日(木)
10:30	10:30～11:30 Back&Arm 未定	10:30～11:30 Stretch&Conditioning Manami	10:30～11:30 Basic 未定	close	10:30～11:30 Back&Arm 未定	10:30～11:30 Hip&Leg On	
12:00	12:30～13:30 Hip&Leg On	12:30～13:30 Basic Reina	12:30～13:30 Hip&Leg 未定		12:30～13:30 Waist On	12:30～13:30 Basic Reina	
13:30		14:30～15:30 Back&Arm Yuno	14:30～15:30 Waist 未定				
15:00			16:30～17:30 Basic 未定				
17:00		17:00～18:00 Hip&Leg Reina					
18:00	18:00～19:00 Waist On				18:00～19:00 Hip&Leg 未定	18:00～19:00 Back&Arm 未定	18:00～19:00 Waist On
19:30	20:30～21:30 Basic Manami				20:30～21:30 Basic 未定	20:30～21:30 Stretch&Conditioning Manami	20:30～21:30 Basic 未定
21:00							

**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）