



pilates

# pilates K 心齋橋店 Lesson Schedule

更新日2023/10/29

2023/10/1~2023/10/15

	10月1日(日)	10月2日(月)	10月3日(火)	10月4日(水)	10月5日(木)	10月6日(金)	10月7日(土)	10月8日(日)
10:00	close							
12:00								
13:30								
15:00								
16:00								
17:00								
18:00								
20:00								
21:00								

	10月9日(月)	10月10日(火)	10月11日(水)	10月12日(木)	10月13日(金)	10月14日(土)	10月15日(日)
10:00	close	close	close	close	close	close	close
12:00							
13:30							
15:00							
16:00							
17:00							
18:00							
20:00							
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 心齋橋店 Lesson Schedule

2023/10/16～2023/10/31

	10月16日(月)	10月17日(火)	10月18日(水)	10月19日(木)	10月20日(金)	10月21日(土)	10月22日(日)	10月23日(月)
10:00	close	close	close	close	close	close	10:30～11:30 Basic Mei	close
12:00							12:30～13:30 Waist Mei	
13:30							14:30～15:30 Back&Arm Karin	
15:00							16:30～17:30 Basic Azusa	
16:00								
17:00								
18:00								
20:00								
21:00								

	10月24日(火)	10月25日(水)	10月26日(木)	10月27日(金)	10月28日(土)	10月29日(日)	10月30日(月)	10月31日(火)	
10:00	10:30～11:30 Hip&Leg Karin	10:30～11:30 Basic Azusa	close	10:30～11:30 Waist nanami	10:30～11:30 Basic Azusa	10:30～11:30 Back&Arm Azusa	close	10:30～11:30 Basic Azusa	
12:00	12:30～13:30 Stretch&Conditioning Mei	12:30～13:30 Back&Arm Karin		12:30～13:30 Basic Karin	12:30～13:30 Waist Karin	12:30～13:30 Basic Azusa		12:30～13:30 Basic Azusa	12:30～13:30 Hip&Leg Mei
13:30									
15:00					14:30～15:30 Stretch&Conditioning Mei	14:30～15:30 Hip&Leg Mei			
16:00								16:30～17:30 Waist Mei	
17:00					17:00～18:00 Back&Arm Karin				
18:00	18:00～19:00 Basic Azusa	18:00～19:00 Hip&Leg Mei		18:00～19:00 Basic Mei	18:00～19:00 Back&Arm Azusa				18:00～19:00 Waist nanami
20:00	20:30～21:30 Back&Arm Azusa	20:30～21:30 Stretch&Conditioning Mei		20:30～21:30 Waist nanami	20:30～21:30 Basic Karin				20:30～21:30 Basic Mei
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）