



pilates

pilates K 八尾店 Lesson Schedule

更新日 2023/12/15

2024/1/1~2024/1/15

	1月1日(月)	1月2日(火)	1月3日(水)	1月4日(木)	1月5日(金)	1月6日(土)	1月7日(日)	1月8日(月)	
10:30	close	close	10:30~11:30 Basic On		10:30~11:30 Hip&Leg Reina	10:30~11:30 Back&Arm Yuno	10:30~11:30 Pilates Workout (members only) Manami	close	
12:00			12:00~13:00 Back&Arm Yuno		12:30~13:30 Basic Reina	12:00~13:00 Stretch&Conditioning Reina	12:00~13:00 Basic Reina		
13:30			13:30~14:30 Stretch&Conditioning Manami			13:30~14:30 Waist Manami	13:30~14:30 Back&Arm Yuno		
15:00			15:00~16:00 Waist Yuno			15:00~16:00 Basic On	15:00~16:00 Basic On		15:00~16:00 Hip&Leg Reina
17:00			17:30~18:30 Basic Manami			17:30~18:30 Hip&Leg Reina			
18:00						18:00~19:00 Hip&Leg On	18:00~19:00 Back&Arm Yuno		
19:30						19:30~20:30 Waist Manami	19:30~20:30 Basic On		
21:00						21:00~22:00 Basic On	21:00~22:00 Waist Yuno		

	1月9日(火)	1月10日(水)	1月11日(木)	1月12日(金)	1月13日(土)	1月14日(日)	1月15日(月)
10:30	10:30~11:30 Stretch&Conditioning Reina	10:30~11:30 Back&Arm Yuno		10:30~11:30 Basic Yuno	10:30~11:30 Stretch&Conditioning On	10:30~11:30 Hip&Leg Reina	close
12:00	12:30~13:30 Pilates Workout (members only) On	12:30~13:30 Basic Reina		12:30~13:30 Waist Manami	12:00~13:00 Basic Manami	12:00~13:00 Back&Arm On	
13:30					13:30~14:30 Hip&Leg On	13:30~14:30 Basic Yuno	
15:00					15:00~16:00 Waist 未定	15:00~16:00 Stretch&Conditioning Reina	
17:00					17:30~18:30 Back&Arm Manami		
18:00	18:00~19:00 Basic Yuno	18:00~19:00 Waist Manami		18:00~19:00 Stretch&Conditioning Manami	18:00~19:00 Hip&Leg On		
19:30	19:30~20:30 Hip&Leg On	19:30~20:30 Back&Arm On		19:30~20:30 Basic Yuno	19:30~20:30 Pilates Workout (members only) Manami		
21:00	21:00~22:00 Back&Arm Yuno	21:00~22:00 Basic Manami		21:00~22:00 Waist Manami	21:00~22:00 Basic On		

- ・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

2024/1/16~2024/1/31

	1月16日(火)	1月17日(水)	1月18日(木)	1月19日(金)	1月20日(土)	1月21日(日)	1月22日(月)	1月23日(火)		
10:30	10:30~11:30 Hip&Leg On	10:30~11:30 Basic On		10:30~11:30 Waist Manami	10:30~11:30 Basic Manami	10:30~11:30 Stretch&Conditioning Reina	close	10:30~11:30 Basic Reina		
12:00	12:30~13:30 Basic Yuno	12:30~13:30 Waist On		12:30~13:30 Basic Yuno	12:00~13:00 Hip&Leg Reina	12:00~13:00 Waist Yuno		12:00~13:00 Hip&Leg Reina	12:30~13:30 Hip&Leg On	
13:30						13:30~14:30 Back&Arm Yuno		13:30~14:30 Hip&Leg Reina		
15:00						15:00~16:00 Waist Manami		15:00~16:00 Basic Yuno		
						17:30~18:30 Basic Reina				
17:00										
18:00	18:00~19:00 Waist Manami	18:00~19:00 Basic Yuno		18:00~19:00 Waist On	18:00~19:00 Stretch&Conditioning Reina				18:00~19:00 Back&Arm Manami	
19:30	19:30~20:30 Basic Yuno	19:30~20:30 Pilates Workout (members only) Manami		19:30~20:30 Hip&Leg Reina	19:30~20:30 Basic Manami				19:30~20:30 Basic On	
21:00	21:00~22:00 Stretch&Conditioning Manami	21:00~22:00 Back&Arm Yuno	21:00~22:00 Basic Yuno	21:00~22:00 Hip&Leg Reina			21:00~22:00 Waist Manami			

	1月24日(水)	1月25日(木)	1月26日(金)	1月27日(土)	1月28日(日)	1月29日(月)	1月30日(火)	1月31日(水)		
10:30	10:30~11:30 Stretch&Conditioning On		10:30~11:30 Hip&Leg On	10:30~11:30 Waist Manami	10:30~11:30 Back&Arm Yuno	close	10:30~11:30 Hip&Leg On	10:30~11:30 Basic Yuno		
12:00	12:30~13:30 Basic Yuno		12:30~13:30 Stretch&Conditioning Manami	12:00~13:00 Basic Reina	12:00~13:00 Hip&Leg Reina		12:30~13:30 Basic Manami	12:30~13:30 Hip&Leg Reina		
13:30					13:30~14:30 Pilates Workout (members only) On		13:30~14:30 Stretch&Conditioning Manami			
15:00					15:00~16:00 Hip&Leg Reina		15:00~16:00 Basic Reina			
					17:30~18:30 Stretch&Conditioning On					
17:00										
18:00	18:00~19:00 Waist Manami		18:00~19:00 Hip&Leg Reina	18:00~19:00 Basic Yuno				18:00~19:00 Waist Yuno	18:00~19:00 Back&Arm On	
19:30	19:30~20:30 Hip&Leg Reina		19:30~20:30 Waist Yuno	19:30~20:30 Back&Arm Manami				19:30~20:30 Pilates Workout (members only) On	19:30~20:30 Basic Reina	
21:00	21:00~22:00 Back&Arm Manami	21:00~22:00 Basic Reina	21:00~22:00 Waist Yuno			21:00~22:00 Back&Arm Yuno	21:00~22:00 Stretch&Conditioning On			

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)