



pilates

pilates K 京都四条烏丸店 Lesson Schedule

更新日2024/2/2

2024/2/1~2024/2/15

	2月1日(木)	2月2日(金)	2月3日(土)	2月4日(日)	2月5日(月)	2月6日(火)	2月7日(水)	2月8日(木)	
10:30					close				
12:00		10:30~11:30 Back&Arm Nana	10:30~11:30 Basic Risako	10:30~11:30 Hip&Leg michi		10:30~11:30 Back&Arm Nana	10:30~11:30 Basic michi		
13:30		12:30~13:30 Waist momo.O	12:30~13:30 Stretch&Conditioning michi	12:30~13:30 Basic Nana		12:30~13:30 Basic Risako	12:30~13:30 Stretch&Conditioning rina		
15:00			14:30~15:30 Basic Risako	14:30~15:30 Back&Arm michi					
				16:30~17:30 Basic Risako					
17:00			17:00~18:00 Hip&Leg michi						
18:00	18:00~19:00 Back&Arm Nana	18:00~19:00 Basic Risako				18:00~19:00 Basic Risako	18:00~19:00 Back&Arm Nana	18:00~19:00 Basic Risako	
19:30									
21:00	20:30~21:30 Basic rina	20:30~21:30 Stretch&Conditioning michi				20:30~21:30 Waist rina	20:30~21:30 Basic Risako	20:30~21:30 Hip&Leg michi	

	2月9日(金)	2月10日(土)	2月11日(日)	2月12日(月)	2月13日(火)	2月14日(水)	2月15日(木)	
10:30				close				
12:00	10:30~11:30 Basic Risako	10:30~11:30 Back&Arm Nana	10:30~11:30 Waist rina		10:30~11:30 Basic Risako	10:30~11:30 Waist rina		
13:30	12:30~13:30 Back&Arm Nana	12:30~13:30 Hip&Leg michi	12:30~13:30 Basic Risako		12:30~13:30 Hip&Leg rina	12:30~13:30 Basic Risako		
15:00		14:30~15:30 Basic michi	14:30~15:30 Stretch&Conditioning rina					
			16:30~17:30 Basic Risako					
17:00		17:00~18:00 Waist rina						
18:00	18:00~19:00 Basic Nana				18:00~19:00 Back&Arm michi	18:00~19:00 Basic rina	18:00~19:00 Stretch&Conditioning Rei	
19:30								
21:00	20:30~21:30 Waist rina				20:30~21:30 Basic Nana	20:30~21:30 Hip&Leg michi	20:30~21:30 Basic Risako	

- ・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 京都四条烏丸店 Lesson Schedule

2024/2/16~2024/2/29

	2月16日(金)	2月17日(土)	2月18日(日)	2月19日(月)	2月20日(火)	2月21日(水)	2月22日(木)	2月23日(金)
10:30				close				
	10:30~11:30 Hip&Leg michi	10:30~11:30 Basic Risako	10:30~11:30 Stretch&Conditioning Rei		10:30~11:30 Waist rina	10:30~11:30 Basic Risako		10:30~11:30 Basic michi
12:00								
13:30	12:30~13:30 Stretch&Conditioning rina	12:30~13:30 Back&Arm Nana	12:30~13:30 Waist Rei		12:30~13:30 Basic michi	12:30~13:30 Back&Arm Nana		12:30~13:30 Waist rina
15:00		14:30~15:30 Hip&Leg michi	14:30~15:30 Basic Risako					14:30~15:30 Hip&Leg michi
			16:30~17:30 Hip&Leg michi					
17:00		17:00~18:00 Basic Risako						17:00~18:00 Basic Risako
18:00	18:00~19:00 Back&Arm Nana				18:00~19:00 Stretch&Conditioning michi	18:00~19:00 Hip&Leg michi	18:00~19:00 Basic Nana	
19:30								
21:00	20:30~21:30 Basic Risako				20:30~21:30 Back&Arm Nana	20:30~21:30 Basic rina	20:30~21:30 Waist michi	

	2月24日(土)	2月25日(日)	2月26日(月)	2月27日(火)	2月28日(水)	2月29日(木)
10:30			close			
	10:30~11:30 Hip&Leg Nana	10:30~11:30 Basic Risako		10:30~11:30 Basic Risako	10:30~11:30 Waist 未定	
12:00						
13:30	12:30~13:30 Basic Risako	12:30~13:30 Back&Arm rina		12:30~13:30 Waist 未定	12:30~13:30 Hip&Leg Rei	
15:00	14:30~15:30 Waist rina	14:30~15:30 Hip&Leg rina				
		16:30~17:30 Basic Risako				
17:00	17:00~18:00 Back&Arm Nana					
18:00				18:00~19:00 Hip&Leg rina	18:00~19:00 Back&Arm rina	18:00~19:00 Stretch&Conditioning rina
19:30						
21:00				20:30~21:30 Waist rina	20:30~21:30 Basic rina	20:30~21:30 Waist 未定

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)