



pilates

# pilates K京都四条烏丸店 Lesson Schedule

更新日2024/2/28

## 2024/3/1~2024/3/15

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

	3月9日(土)	3月10日(日)	3月11日(月)	3月12日(火)	3月13日(水)	3月14日(木)	3月15日(金)	
10:30	10:30~11:30 Basic rina	10:30~11:30 Hip&Leg Nana	close	10:30~11:30 Basic rina	10:30~11:30 Pilates Workout (members only) rina		10:30~11:30 Back&Arm Luna	
12:00	12:00~13:00 Hip&Leg Nana	12:00~13:00 Stretch&Conditioning michi		12:30~13:30 Hip&Leg michi	12:30~13:30 Stretch&Conditioning Nana			12:30~13:30 Hip&Leg Luna
13:30	13:30~14:30 Basic rina	13:30~14:30 Back&Arm Nana						
15:00	15:00~16:00 Back&Arm Nana	15:00~16:00 Basic michi						
17:00	17:30~18:30 Hip&Leg Nana				18:00~19:00 Waist Azusa	18:00~19:00 Basic pure	18:00~19:00 Back&Arm Nana	18:00~19:00 Waist momo.O
18:00					19:30~20:30 Basic michi	19:30~20:30 Hip&Leg Nana	19:30~20:30 Waist michi	19:30~20:30 Stretch&Conditioning rina
19:30					21:00~22:00 Back&Arm Azusa	21:00~22:00 Waist pure	21:00~22:00 Basic Nana	21:00~22:00 Waist momo.O

- ・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

2024/3/16~2024/3/31

	3月16日(土)	3月17日(日)	3月18日(月)	3月19日(火)	3月20日(水)	3月21日(木)	3月22日(金)	3月23日(土)
10:30	10:30~11:30 Basic Nana	10:30~11:30 Waist Kei	close	10:30~11:30 Back&Arm michi	10:30~11:30 Pilates Workout (members only) rina		10:30~11:30 Basic rina	10:30~11:30 Waist michi
12:00	12:00~13:00 Waist michi	12:00~13:00 Basic Rei		12:30~13:30 Basic michi	12:00~13:00 Stretch&Conditioning 未定		12:30~13:30 Waist momo.O	12:00~13:00 Hip&Leg michi
13:30	13:30~14:30 Stretch&Conditioning 未定	13:30~14:30 Hip&Leg Kei		13:30~14:30 Basic rina	13:30~14:30 Basic rina		15:00~16:00 Hip&Leg Nana	13:30~14:30 Basic rina
15:00	15:00~16:00 Basic michi	15:00~16:00 Stretch&Conditioning Rei		15:00~16:00 Basic rina	15:00~16:00 Hip&Leg Nana		17:30~18:30 Waist rina	15:00~16:00 Back&Arm michi
17:00	17:30~18:30 Back&Arm michi			18:00~19:00 Basic rina	18:00~19:00 Basic rina		18:00~19:00 Basic rina	17:30~18:30 Pilates Workout (members only) rina
18:00				19:30~20:30 Hip&Leg Nana	19:30~20:30 Hip&Leg momo.O		19:30~20:30 Basic rina	18:00~19:00 Hip&Leg Kei
19:30				21:00~22:00 Waist rina	21:00~22:00 Waist momo.O		21:00~22:00 Pilates Workout (members only) Kei	19:30~20:30 Basic rina
21:00								21:00~22:00 Pilates Workout (members only) Kei

	3月24日(日)	3月25日(月)	3月26日(火)	3月27日(水)	3月28日(木)	3月29日(金)	3月30日(土)	3月31日(日)	
10:30	10:30~11:30 Stretch&Conditioning 未定	close	10:30~11:30 Hip&Leg michi	10:30~11:30 Basic Nana		10:30~11:30 Waist rina	10:30~11:30 Hip&Leg Nana	10:30~11:30 Basic michi	
12:00	12:00~13:00 Back&Arm michi		12:30~13:30 Pilates Workout (members only) rina	12:30~13:30 Back&Arm Nana		12:30~13:30 Basic rina	12:00~13:00 Basic rina	12:00~13:00 Hip&Leg Nana	
13:30	13:30~14:30 Hip&Leg Nana		18:00~19:00 Back&Arm rina	18:00~19:00 Waist rina		18:00~19:00 Hip&Leg Nana	18:00~19:00 Pilates Workout (members only) rina	13:30~14:30 Stretch&Conditioning 未定	13:30~14:30 Waist michi
15:00	15:00~16:00 Basic michi		19:30~20:30 Basic Nana	19:30~20:30 Back&Arm michi		19:30~20:30 Basic Nana	19:30~20:30 Basic Nana	15:00~16:00 Basic rina	15:00~16:00 Pilates Workout (members only) rina
17:00			21:00~22:00 Back&Arm Nana	21:00~22:00 Stretch&Conditioning michi		21:00~22:00 Waist rina	21:00~22:00 Basic Nana	17:30~18:30 Waist rina	

## 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)