



pilates

# pilates K 八尾店 Lesson Schedule

更新日2024/3/15

2024/4/1~2024/4/15

	4月1日(月)	4月2日(火)	4月3日(水)	4月4日(木)	4月5日(金)	4月6日(土)	4月7日(日)	4月8日(月)		
10:30	close	10:30~11:30 Basic Reina	10:30~11:30 Waist On		10:30~11:30 Hip&Leg Reina	10:30~11:30 Back&Arm Ryo	10:30~11:30 Basic moe.K	close		
12:00		12:30~13:30 Back&Arm Ryo	12:30~13:30 Release&Strength Reina		12:30~13:30 Jump to Burn On	12:00~13:00 Waist On	12:00~13:00 Stretch&Conditioning Reina			
13:30		18:00~19:00 Jump to Burn On	18:00~19:00 Hip&Leg Ryo		18:00~19:00 Basic moe.K	18:00~19:00 Hip&Leg Ryo	13:30~14:30 Hip&Leg Reina		13:30~14:30 Pilates Workout (members only) Ryo	
15:00							15:00~16:00 Jump to Burn On		15:00~16:00 Hip&Leg Reina	
17:00							17:30~18:30 Basic moe.K			
18:00		19:30~20:30 Basic moe.K	19:30~20:30 Back&Arm Ryo		19:30~20:30 Waist On	19:30~20:30 Basic Moe				
19:30		21:00~22:00 Advance (members only) On	21:00~22:00 Basic moe.K		21:00~22:00 Jump to Burn On	21:00~22:00 Back&Arm Ryo				
21:00										

	4月9日(火)	4月10日(水)	4月11日(木)	4月12日(金)	4月13日(土)	4月14日(日)	4月15日(月)	
10:30	10:30~11:30 Jump to Burn On	10:30~11:30 Hip&Leg Reina		10:30~11:30 Advance (members only) On	10:30~11:30 Hip&Leg Reina	10:30~11:30 Pilates Workout (members only) On	close	
12:00	12:30~13:30 Basic Reina	12:30~13:30 Back&Arm Ryo		12:30~13:30 Stretch&Conditioning Ryo	12:00~13:00 Basic moe.K	12:00~13:00 Hip&Leg Reina		
13:30	18:00~19:00 Back&Arm Ryo	18:00~19:00 Waist On		18:00~19:00 Release&Strength Reina	18:00~19:00 Basic moe.K	13:30~14:30 Back&Arm Ryo		13:30~14:30 Basic moe.K
15:00						15:00~16:00 Basic moe.K		15:00~16:00 Waist On
17:00						17:30~18:30 Stretch&Conditioning Reina		
18:00	19:30~20:30 Basic moe.K	19:30~20:30 Basic Ryo		19:30~20:30 Hip&Leg Reina	19:30~20:30 Hip&Leg Reina			
19:30	21:00~22:00 Pilates Workout (members only) On	21:00~22:00 Waist On		21:00~22:00 Release&Strength Reina				
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

2024/4/16~2024/4/30

	4月16日(火)	4月17日(水)	4月18日(木)	4月19日(金)	4月20日(土)	4月21日(日)	4月22日(月)	4月23日(火)	
10:30	10:30~11:30 Stretch&Conditioning Ryo	10:30~11:30 Back&Arm Ryo		10:30~11:30 Waist 未定	10:30~11:30 Back&Arm Ryo	10:30~11:30 Stretch&Conditioning Ryo	close	10:30~11:30 Basic Reina	
12:00	12:30~13:30 Advance (members only) On	12:30~13:30 Waist On		12:30~13:30 Release&Strength On	12:00~13:00 Basic moe.K	12:00~13:00 Pilates Workout (members only) On		12:30~13:30 Jump to Burn On	
13:30					13:30~14:30 Waist 未定	13:30~14:30 Basic Reina			
15:00					15:00~16:00 Hip&Leg Reina	15:00~16:00 Hip&Leg Ryo			
					17:30~18:30 Advance (members only) On				
17:00					18:00~19:00 Pilates Workout (members only) Ryo				
18:00	18:00~19:00 Basic moe.K	18:00~19:00 Stretch&Conditioning Ryo		18:00~19:00 Basic moe.K					18:00~19:00 Waist 未定
19:30	19:30~20:30 Release&Strength Reina	19:30~20:30 Hip&Leg Ryo		19:30~20:30 Back&Arm Ryo	19:30~20:30 Basic moe.K				19:30~20:30 Basic moe.K
21:00	21:00~22:00 Hip&Leg Reina	21:00~22:00 Basic moe.K	21:00~22:00 Hip&Leg Ryo	21:00~22:00 Back&Arm Ryo			21:00~22:00 Release&Strength On		

	4月24日(水)	4月25日(木)	4月26日(金)	4月27日(土)	4月28日(日)	4月29日(月)	4月30日(火)		
10:30	10:30~11:30 Waist 未定		10:30~11:30 Jump to Burn On	10:30~11:30 Basic moe.K	10:30~11:30 Waist 未定	close	10:30~11:30 Waist 未定		
12:00	12:30~13:30 Hip&Leg Reina		12:30~13:30 Basic Ryo	12:00~13:00 Back&Arm Ryo	12:00~13:00 Hip&Leg Ryo		12:30~13:30 Back&Arm Ryo		
13:30					13:30~14:30 Release&Strength Reina		13:30~14:30 Advance (members only) On		
15:00					15:00~16:00 Basic moe.K		15:00~16:00 Basic Reina		
					17:30~18:30 Hip&Leg Reina				
17:00									
18:00	18:00~19:00 Advance (members only) On		18:00~19:00 Back&Arm Ryo	18:00~19:00 Basic moe.K					18:00~19:00 Basic Reina
19:30	19:30~20:30 Back&Arm Ryo		19:30~20:30 Pilates Workout (members only) On	19:30~20:30 Hip&Leg Reina					19:30~20:30 Advance (members only) On
21:00	21:00~22:00 Jump to Burn On	21:00~22:00 Basic Ryo	21:00~22:00 Stretch&Conditioning Reina				21:00~22:00 Release&Strength Reina		

## 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)