



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 | | | | | | 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 | |
| | | | | | | 17:30~18:30 Basic moe.K | | |
| 17:00 | | | | | | | | |
| 18:00 | | 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 Basic moe.K | 18:00~19:00 Hip&Leg Ryo | | |
| 19:30 | | 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 | 19:30~20:30 Basic Moe | | |
| 21:00 | | 21:00~22:00 Advance (members only) On | 21:00~22:00 Basic moe.K | 21:00~22:00 Basic moe.K | 21:00~22:00 Jump to Burn On | 21:00~22:00 Back&Arm Ryo | | |

| | 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 | | | | | 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 | |
| | | | | | 17:30~18:30 Stretch&Conditioning Reina | | |
| 17:00 | | | | | | | |
| 18:00 | 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 | | | |
| 19:30 | 19:30~20:30 Hip&Leg Ryo | 19:30~20:30 Basic moe.K | 19:30~20:30 Basic Ryo | 19:30~20:30 Hip&Leg Reina | | | |
| 21:00 | 21:00~22:00 Basic moe.K | 21:00~22:00 Pilates Workout (members only) On | 21:00~22:00 Waist On | 21:00~22:00 Release&Strength Reina | | | |

・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)