



pilates

pilates K 西梅田店 Lesson Schedule

更新日2024/4/15

2024/5/1~2024/5/15

Let's have fun with all pilates lovers♡

	5月1日(水)	5月2日(木)	5月3日(金)	5月4日(土)	5月5日(日)	5月6日(月)	5月7日(火)	5月8日(水)	
10:30	10:30~11:30 Hip&Leg ♪ Kanoka		10:30~11:30 Hip&Leg ♪ yui	10:30~11:30 Basic ♪ Yuna	10:30~11:30 Waist ♪ karin	close	10:30~11:30 Back&Arm ♪ Natsuho	10:30~11:30 Waist ♪ Kei	
12:00	12:30~13:30 Basic ♪ Kanoka		12:00~13:00 Back&Arm ♪ Natsuho	12:00~13:00 Hip&Leg ♪ Kanoka	12:00~13:00 Basic ♪ Natsuho		12:30~13:30 Basic ♪ Yuna	12:30~13:30 Back&Arm ♪ Natsuho	
13:30			13:30~14:30 Waist ♪ yui	13:30~14:30 Basic ♪ Natsuho	13:30~14:30 Back&Arm ♪ Natsuho				
15:00			15:00~16:00 Basic ♪ Yuna	15:00~16:00 Back&Arm ♪ Natsuho	15:00~16:00 Hip&Leg ♪ karin				
17:00			17:30~18:30 Basic ♪ yui	17:30~18:30 Stretch&Conditioning ♪ 未定	17:30~18:30 Basic ♪ Yuna				
18:00	18:00~19:00 Waist ♪ miho		18:00~19:00 Hip&Leg ♪ Kanoka					18:00~19:00 Waist ♪ Kei	18:00~19:00 Basic ♪ Yuna
19:30	19:30~20:30 Back&Arm ♪ Natsuho		19:30~20:30 Basic ♪ Yuna					19:30~20:30 Basic ♪ Yuna	19:30~20:30 Hip&Leg ♪ Kanoka
21:00	21:00~22:00 Basic ♪ Yuna		21:00~22:00 Stretch&Conditioning ♪ 未定					21:00~22:00 Hip&Leg ♪ Kei	21:00~22:00 Stretch&Conditioning ♪ 未定

	5月9日(木)	5月10日(金)	5月11日(土)	5月12日(日)	5月13日(月)	5月14日(火)	5月15日(水)	
10:30		10:30~11:30 Waist ♪ Kei	10:30~11:30 Stretch&Conditioning ♪ 未定	10:30~11:30 Back&Arm ♪ Kei	close	10:30~11:30 Waist ♪ Kei	10:30~11:30 Basic ♪ Natsuho	
12:00		12:30~13:30 Basic ♪ Yuna	12:00~13:00 Basic ♪ Yuna	12:00~13:00 Hip&Leg ♪ Kanoka		12:30~13:30 Back&Arm ♪ Natsuho	12:30~13:30 Stretch&Conditioning ♪ 未定	
13:30			13:30~14:30 Back&Arm ♪ Natsuho	13:30~14:30 Waist ♪ Kei				
15:00			15:00~16:00 Hip&Leg ♪ Kanoka	15:00~16:00 Basic ♪ Yuna				
17:00			17:30~18:30 Basic ♪ Yuna					
18:00		18:00~19:00 Stretch&Conditioning ♪ 未定	18:00~19:00 Basic ♪ Natsuho				18:00~19:00 Stretch&Conditioning ♪ 未定	18:00~19:00 Back&Arm ♪ Natsuho
19:30		19:30~20:30 Back&Arm ♪ Natsuho	19:30~20:30 Hip&Leg ♪ Kei				19:30~20:30 Hip&Leg ♪ Kanoka	19:30~20:30 Waist ♪ Kei
21:00		21:00~22:00 Hip&Leg ♪ Kanoka	21:00~22:00 Back&Arm ♪ Natsuho				21:00~22:00 Basic ♪ Yuna	21:00~22:00 Hip&Leg ♪ Kei

♪: 体験可能レッスン

・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 西梅田店 Lesson Schedule

2024/5/16~2024/5/31

	5月16日(木)	5月17日(金)	5月18日(土)	5月19日(日)	5月20日(月)	5月21日(火)	5月22日(水)	5月23日(木)	
10:30		10:30~11:30 Basic ♪ 未定	10:30~11:30 Hip&Leg ♪ Kanoka	10:30~11:30 Basic ♪ 未定	close	10:30~11:30 Basic ♪ Yuna	10:30~11:30 Waist ♪ 未定		
12:00		12:30~13:30 Hip&Leg ♪ Natsuho	12:00~13:00 Back&Arm ♪ Natsuho	12:00~13:00 Waist ♪ 未定			12:30~13:30 Hip&Leg ♪ Maori	12:30~13:30 Basic ♪ Kanoka	
13:30		mich	13:30~14:30 Stretch&Conditioning ♪ 未定	13:30~14:30 Back&Arm ♪ Natsuho					
15:00			15:00~16:00 Basic ♪ Yuna	15:00~16:00 Hip&Leg ♪ Kei					
17:00			17:30~18:30 Waist ♪ 未定						
18:00	18:00~19:00 Back&Arm ♪ Natsuho	18:00~19:00 Waist ♪ Kei					18:00~19:00 Basic ♪ Kanoka	18:00~19:00 Basic ♪ 未定	18:00~19:00 Hip&Leg ♪ Kei
19:30	19:30~20:30 Waist ♪ Kei	19:30~20:30 Back&Arm ♪ Natsuho					19:30~20:30 Waist ♪ 未定	19:30~20:30 Back&Arm ♪ Natsuho	19:30~20:30 Stretch&Conditioning ♪ rina
21:00	21:00~22:00 Hip&Leg ♪ Kanoka	21:00~22:00 Basic ♪ Yuna					21:00~22:00 Stretch&Conditioning ♪ 未定	21:00~22:00 Hip&Leg ♪ Kei	21:00~22:00 Basic ♪ rina

	5月24日(金)	5月25日(土)	5月26日(日)	5月27日(月)	5月28日(火)	5月29日(水)	5月30日(木)	5月31日(金)			
10:30	10:30~11:30 Stretch&Conditioning ♪ 未定	10:30~11:30 Waist ♪ 未定	close	close	10:30~11:30 Hip&Leg ♪ Maori	10:30~11:30 Basic ♪ Natsuho		10:30~11:30 Back&Arm ♪ Natsuho			
12:00	12:30~13:30 Basic ♪ Yuna	12:00~13:00 Hip&Leg ♪ Kanoka				12:30~13:30 Basic ♪ Maori		12:30~13:30 Back&Arm ♪ Natsuho		12:30~13:30 Hip&Leg ♪ Kanoka	
13:30		13:30~14:30 Basic ♪ Yuna									
15:00		15:00~16:00 Stretch&Conditioning ♪ 未定									
17:00		17:30~18:30 Basic ♪ Kanoka									
18:00	18:00~19:00 Back&Arm ♪ mich							18:00~19:00 Basic ♪ Yuna	18:00~19:00 Stretch&Conditioning ♪ miho	18:00~19:00 Basic ♪ Natsuho	18:00~19:00 Waist ♪ Kei
19:30	19:30~20:30 Basic ♪ Kanoka							19:30~20:30 Back&Arm ♪ Natsuho	19:30~20:30 Waist ♪ 未定	19:30~20:30 Hip&Leg ♪ Reona	19:30~20:30 Basic ♪ Yuna
21:00	21:00~22:00 Waist ♪ mich							21:00~22:00 Waist ♪ 未定	21:00~22:00 Basic ♪ miho	21:00~22:00 Back&Arm ♪ Natsuho	21:00~22:00 Stretch&Conditioning ♪ 未定

♪: 体験可能レッスン

今月一緒にピラティスを楽しみましょう！

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)