



pilates

pilates K 西梅田店 Lesson Schedule

更新日2024/4/15

2024/5/1~2024/5/15

	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

- ・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 Mich	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			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

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)