



pilates

pilates K 京都四条烏丸店 Lesson Schedule

更新日2024/5/15

2024/6/1~2024/6/15

Let's have fun with all pilates lovers♡

	6月1日(土)	6月2日(日)	6月3日(月)	6月4日(火)	6月5日(水)	6月6日(木)	6月7日(金)	6月8日(土)
10:30	10:30~11:30 Stretch&Conditioning ♡ Nana	10:30~11:30 Basic ♡ 未定	close	10:30~11:30 Release&Strength michi	10:30~11:30 Waist ♡ Ayu		10:30~11:30 Back&Arm ♡ Nana	10:30~11:30 Basic ♡ Sakura.m
12:00	12:00~13:00 Back&Arm ♡ Sakura.m	12:00~13:00 Waist ♡ Ayu		12:30~13:30 Basic ♡ Ayu	12:30~13:30 Pilates Workout rina		12:30~13:30 Basic ♡ 未定	12:00~13:00 Hip&Leg ♡ Nana
13:30	13:30~14:30 Basic ♡ 未定	13:30~14:30 Hip&Leg ♡ Nana		13:30~14:30 Back&Arm ♡ Sakura.m	15:00~16:00 Basic ♡ 未定		17:30~18:30 Basic ♡ Sakura.m	17:30~18:30 Stretch&Conditioning ♡ Nana
15:00	15:00~16:00 Hip&Leg ♡ Nana	15:00~16:00 Basic ♡ Ayu		18:00~19:00 Waist ♡ michi	18:00~19:00 Back&Arm ♡ michi		18:00~19:00 Basic ♡ Ayu	18:00~19:00 Hip&Leg ♡ michi
17:00				19:30~20:30 Hip&Leg ♡ rina	19:30~20:30 Basic ♡ 未定		19:30~20:30 Release&Strength michi	19:30~20:30 Waist ♡ Ayu
18:00				21:00~22:00 Basic ♡ 未定	21:00~22:00 Hip&Leg ♡ michi		21:00~22:00 Waist ♡ Ayu	21:00~22:00 Jump to Burn rina
19:30								
21:00								

	6月9日(日)	6月10日(月)	6月11日(火)	6月12日(水)	6月13日(木)	6月14日(金)	6月15日(土)
10:30	10:30~11:30 Hip&Leg ♡ Nana	close	10:30~11:30 Jump to Burn michi	10:30~11:30 Basic ♡ 未定		10:30~11:30 Waist ♡ Ayu	10:30~11:30 Back&Arm ♡ Nana
12:00	12:00~13:00 Basic ♡ Ayu		12:30~13:30 Basic ♡ 未定	12:30~13:30 Release&Strength rina		12:30~13:30 Stretch&Conditioning ♡ michi	12:00~13:00 Basic ♡ 未定
13:30	13:30~14:30 Back&Arm ♡ Nana		13:30~14:30 Waist ♡ Ayu	15:00~16:00 Pilates Workout michi		15:00~16:00 Hip&Leg ♡ Nana	17:30~18:30 Basic ♡ 未定
15:00			18:00~19:00 Basic ♡ Ayu	18:00~19:00 Hip&Leg ♡ michi		18:00~19:00 Waist ♡ michi	18:00~19:00 Back&Arm ♡ rina
17:00			19:30~20:30 Release&Strength michi	19:30~20:30 Waist ♡ Ayu		19:30~20:30 Pilates Workout michi	19:30~20:30 Basic ♡ Nana
18:00			21:00~22:00 Back&Arm ♡ rina	21:00~22:00 Stretch&Conditioning ♡ michi		21:00~22:00 Basic ♡ 未定	21:00~22:00 Release&Strength rina
19:30							
21:00							

♡ : 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 京都四条烏丸店 Lesson Schedule

2024/6/16~2024/6/30

	6月16日(日)	6月17日(月)	6月18日(火)	6月19日(水)	6月20日(木)	6月21日(金)	6月22日(土)	6月23日(日)				
10:30	10:30~11:30 Release&Strength michi	close	10:30~11:30 Basic ♡ 未定	10:30~11:30 Back&Arm ♡ rina		10:30~11:30 Basic ♡ 未定	10:30~11:30 Hip&Leg ♡ michi	10:30~11:30 Basic ♡ michi				
12:00	12:00~13:00 Hip&Leg ♡ Nana		12:30~13:30 Waist ♡ Ayu	12:30~13:30 Basic ♡ 未定		12:30~13:30 Pilates Workout rina	12:00~13:00 Waist ♡ rina	12:00~13:00 Back&Arm ♡ Sakura.m				
13:30	13:30~14:30 Basic ♡ Ayu		18:00~19:00 Back&Arm ♡ Nana	18:00~19:00 Basic ♡ 未定		18:00~19:00 Hip&Leg ♡ Nana	18:00~19:00 Basic ♡ Ayu	13:30~14:30 Basic ♡ 未定	13:30~14:30 Basic ♡ 未定	13:30~14:30 Waist ♡ Ayu		
15:00	15:00~16:00 Waist ♡ michi								15:00~16:00 Pilates Workout rina	15:00~16:00 Hip&Leg ♡ michi		
17:00			18:00~19:00 Back&Arm ♡ Nana	18:00~19:00 Basic ♡ 未定		18:00~19:00 Hip&Leg ♡ Nana	18:00~19:00 Basic ♡ Ayu	17:30~18:30 Release&Strength michi				
18:00									19:30~20:30 Basic ♡ 未定	19:30~20:30 Stretch&Conditioning ♡ Nana	19:30~20:30 Basic ♡ 未定	19:30~20:30 Back&Arm ♡ michi
19:30									21:00~22:00 Hip&Leg ♡ Nana	21:00~22:00 Waist ♡ michi	21:00~22:00 Jump to Burn michi	21:00~22:00 Waist ♡ Ayu
21:00												

	6月24日(月)	6月25日(火)	6月26日(水)	6月27日(木)	6月28日(金)	6月29日(土)	6月30日(日)
10:30	close	10:30~11:30 Release&Strength rina	10:30~11:30 Basic ♡ 未定		10:30~11:30 Release&Strength rina	10:30~11:30 Basic ♡ Sakura.m	10:30~11:30 Back&Arm ♡ michi
12:00		12:30~13:30 Back&Arm ♡ michi	12:30~13:30 Hip&Leg ♡ rina		12:30~13:30 Basic ♡ Ayu	12:00~13:00 Hip&Leg ♡ 未定	12:00~13:00 Release&Strength michi
13:30						13:30~14:30 Waist ♡ Ayu	13:30~14:30 Basic ♡ 未定
15:00						15:00~16:00 Back&Arm ♡ Sakura.m	15:00~16:00 Jump to Burn michi
17:00						17:30~18:30 Basic ♡ 未定	
18:00			18:00~19:00 Hip&Leg ♡ 未定		18:00~19:00 Jump to Burn rina	18:00~19:00 Basic ♡ 未定	18:00~19:00 Stretch&Conditioning ♡ michi
19:30			19:30~20:30 Basic ♡ 未定		19:30~20:30 Waist ♡ Ayu	19:30~20:30 Hip&Leg ♡ 未定	19:30~20:30 Basic ♡ 未定
21:00		21:00~22:00 Waist ♡ Ayu	21:00~22:00 Basic ♡ Ayu	21:00~22:00 Waist ♡ Ayu	21:00~22:00 Hip&Leg ♡ michi		

♡:体験可能レッスン

今月も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)