



pilates

# pilates K 大津テラス店 Lesson Schedule

更新日2024/9/2

## 2024/10/1~2024/10/15

Let's have fun with all pilates lovers♡

	10月1日(火)	10月2日(水)	10月3日(木)	10月4日(金)	10月5日(土)	10月6日(日)	10月7日(月)	10月8日(火)	
10:30	10:30~11:30 Hip&Leg ♪ Kayan.C	10:30~11:30 Back&Arm ♪ Megumi.Y		10:30~11:30 Waist ♪ lyori.K	10:30~11:30 Basic ♪ Kayan.C	10:30~11:30 Waist ♪ lyori.K	close	10:30~11:30 Basic ♪ lyori.K	
12:00									
12:30	12:30~13:30 Basic ♪ Kayan.C	12:30~13:30 Hip&Leg ♪ Kayan.C		12:30~13:30 Basic ♪ lyori.K	12:30~13:30 Back&Arm ♪ lyori.K	12:30~13:30 Basic ♪ Kayan.C			12:30~13:30 Hip&Leg ♪ Kayan.C
13:30									
15:00					14:30~15:30 Waist ♪ lyori.K	14:30~15:30 Hip&Leg ♪ Kayan.C			
17:00					17:00~18:00 Hip&Leg ♪ Kayan.C	16:30~17:30 Back&Arm ♪ lyori.K			
18:00	18:00~19:00 Back&Arm ♪ Megumi.Y	18:00~19:00 Waist ♪ lyori.K	18:00~19:00 Basic ♪ lyori.K	18:00~19:00 Hip&Leg ♪ Kayan.C					18:00~19:00 Back&Arm ♪ Kayan.C
19:30									
20:30	20:30~21:30 Stretch&Conditioning ♪ Megumi.Y	20:30~21:30 Basic ♪ lyori.K	20:30~21:30 Waist ♪ lyori.K	20:30~21:30 Back&Arm ♪ Megumi.Y				20:30~21:30 Basic ♪ Hinako.K	

	10月9日(水)	10月10日(木)	10月11日(金)	10月12日(土)	10月13日(日)	10月14日(月)	10月15日(火)	
10:30	10:30~11:30 Hip&Leg ♪ Kayan.C		10:30~11:30 Basic ♪ Hinako.K	10:30~11:30 Waist ♪ lyori.K	10:30~11:30 Back&Arm ♪ Megumi.Y	close	10:30~11:30 Waist ♪ Megumi.Y	
12:00								
12:30	12:30~13:30 Basic ♪ Hinako.K		12:30~13:30 Waist ♪ lyori.K	12:30~13:30 Hip&Leg ♪ Kayan.C	12:30~13:30 Stretch&Conditioning ♪ Megumi.Y			12:30~13:30 Basic ♪ Hinako.K
13:30								
15:00				14:30~15:30 Back&Arm ♪ Megumi.Y	14:30~15:30 Basic ♪ Hinako.K			
17:00				17:00~18:00 Basic ♪ Hinako.K	16:30~17:30 Waist ♪ lyori.K			
18:00	18:00~19:00 Back&Arm ♪ lyori.K	18:00~19:00 Waist ♪ lyori.K	18:00~19:00 Basic ♪ Kayan.C					18:00~19:00 Waist ♪ lyori.K
19:30								
20:30	20:30~21:30 Stretch&Conditioning ♪ Megumi.Y	20:30~21:30 Back&Arm ♪ Megumi.Y	20:30~21:30 Hip&Leg ♪ Kayan.C				20:30~21:30 Basic ♪ Hinako.K	

♪ : 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 大津テラス店 Lesson Schedule

2024/10/16~2024/10/31

	10月16日(水)	10月17日(木)	10月18日(金)	10月19日(土)	10月20日(日)	10月21日(月)	10月22日(火)	10月23日(水)	
10:30	10:30~11:30 Waist ♡ Iyori.K		10:30~11:30 Hip&Leg ♡ Kayan.C	10:30~11:30 Basic ♡ Hinako.K	10:30~11:30 Back&Arm ♡ Iyori.K	close	10:30~11:30 Waist ♡ Megumi.Y	10:30~11:30 Hip&Leg ♡ Kayan.C	
12:00									
12:30	12:30~13:30 Back&Arm ♡ Megumi.Y		12:30~13:30 Basic ♡ Hinako.K	12:30~13:30 Waist ♡ Megumi.Y	12:30~13:30 Hip&Leg ♡ Kayan.C			12:30~13:30 Back&Arm ♡ Iyori.K	12:30~13:30 Basic ♡ Iyori.K
13:30									
15:00				14:30~15:30 Basic ♡ Hinako.K	14:30~15:30 Stretch&Conditioning ♡ Megumi.Y				
17:00				17:00~18:00 Back&Arm ♡ Kayan.C	16:30~17:30 Basic ♡ Kayan.C				
18:00	18:00~19:00 Basic ♡ Hinako.K	18:00~19:00 Stretch&Conditioning ♡ Megumi.Y	18:00~19:00 Basic ♡ Iyori.K					18:00~19:00 Hip&Leg ♡ Kayan.C	18:00~19:00 Basic ♡ Hinako.K
19:30									
20:30	20:30~21:30 Hip&Leg ♡ Kayan.C	20:30~21:30 Basic ♡ Iyori.K	20:30~21:30 Waist ♡ Megumi.Y				20:30~21:30 Basic ♡ Hinako.K	20:30~21:30 Stretch&Conditioning ♡ Megumi.Y	

	10月24日(木)	10月25日(金)	10月26日(土)	10月27日(日)	10月28日(月)	10月29日(火)	10月30日(水)	10月31日(木)	
10:30		10:30~11:30 Waist ♡ Megumi.Y	10:30~11:30 Stretch&Conditioning ♡ Megumi.Y	10:30~11:30 Basic ♡ Hinako.K	close	10:30~11:30 Hip&Leg ♡ Kayan.C	10:30~11:30 Basic ♡ Hinako.K		
12:00									
12:30		12:30~13:30 Hip&Leg ♡ Kayan.C	12:30~13:30 Basic ♡ Hinako.K	12:30~13:30 Waist ♡ Iyori.K			12:30~13:30 Basic ♡ Kayan.C	12:30~13:30 Hip&Leg ♡ Kayan.C	
13:30									
15:00			14:30~15:30 Back&Arm ♡ Kayan.C	14:30~15:30 Hip&Leg ♡ Kayan.C					
17:00			17:00~18:00 Hip&Leg ♡ Kayan.C	16:30~17:30 Basic ♡ Hinako.K					
18:00	18:00~19:00 Waist ♡ Iyori.K	18:00~19:00 Basic ♡ Hinako.K					18:00~19:00 Stretch&Conditioning ♡ Megumi.Y	18:00~19:00 Back&Arm ♡ Iyori.K	18:00~19:00 Hip&Leg ♡ Kayan.C
19:30									
20:30	20:30~21:30 Basic ♡ Hinako.K	20:30~21:30 Back&Arm ♡ Iyori.K				20:30~21:30 Basic ♡ Hinako.K	20:30~21:30 Waist ♡ Iyori.K	20:30~21:30 Basic ♡ Hinako.K	

♡ : 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)