



pilates

# pilates K 大津テラス店 Lesson Schedule

更新日2024/9/27

## 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 📍 Megumi.Y	10:30~11:30 Basic 📍 Hinako.K	10:30~11:30 Basic 📍 Ayu.Y	close	10:30~11:30 Basic 📍 未定	
12:00	12:30~13:30 Basic 📍 Kayan.C	12:30~13:30 Hip&Leg 📍 Kayan.C		12:30~13:30 Basic 📍 Hinako.K	12:30~13:30 Back&Arm 📍 Kayan.C	12:30~13:30 Basic 📍 Ayu.Y		12:30~13:30 Hip&Leg 📍 Kayan.C	
13:30					14:30~15:30 Basic 📍 Hinako.K	14:30~15:30 Hip&Leg 📍 Kayan.C			
15:00									
17:00					17:00~18:00 Hip&Leg 📍 Kayan.C	16:30~17:30 Back&Arm 📍 Kayan.C			
18:00	18:00~19:00 Back&Arm 📍 Megumi.Y	18:00~19:00 Waist 📍 Megumi.Y		18:00~19:00 Basic 📍 Manami.H	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 📍 Hinako.K		20:30~21:30 Basic 📍 Hinako.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 📍 Megumi.Y	10:30~11:30 Back&Arm 📍 Megumi.Y	close	10:30~11:30 Waist 📍 Megumi.Y	
12:00	12:30~13:30 Basic 📍 Hinako.K		12:30~13:30 Back&Arm 📍 rina	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 📍 Kayan.C		14:30~15:30 Basic 📍 Hinako.K	
17:00					17:00~18:00 Basic 📍 Hinako.K		16:30~17:30 Basic 📍 Hinako.K	
18:00	18:00~19:00 Back&Arm 📍 Megumi.Y		18:00~19:00 Basic 📍 Ayu.Y	18:00~19:00 Basic 📍 Kayan.C				18:00~19:00 Waist 📍 Megumi.Y
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 📌 Megumi.Y		10:30~11:30 Hip&Leg 📌 Kayan.C	10:30~11:30 Basic 📌 Hinako.K	10:30~11:30 Back&Arm 📌 Megumi.Y	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 📌 Kayan.C	12:30~13:30 Basic 📌 Kayan.C
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 📌 Hinako.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 📌 Ikumi.S	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 Release&Strength 📌 Kayan.C			12:30~13:30 Basic 📌 Hinako.K	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 Basic 📌 Hinako.K	18:00~19:00 Basic 📌 Hinako.K					18:00~19:00 Stretch&Conditioning 📌 Megumi.Y	18:00~19:00 Back&Arm 📌 Megumi.Y	18:00~19:00 Hip&Leg 📌 Kayan.C
19:30									
20:30	20:30~21:30 Basic 📌 Hinako.K	20:30~21:30 Basic 📌 Hinako.K					20:30~21:30 Basic 📌 Hinako.K	20:30~21:30 Waist 📌 Megumi.Y	20:30~21:30 Basic 📌 Kayan.C

📌: 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）