

06/01	06/02	06/03	06/04	06/05	06/06	06/07	06/08	
日	月	火	水	木	金	土	日	
10:30 ~ 11:30 Pilates Barre momo.O	close	10:30 ~ 11:30 Animal Stretch momo.O	10:30 ~ 11:30 Waist Nagi.M	10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio Sakura.M	10:30 ~ 11:30 Basic Hono.Y	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg momo.O	10:30 ~ 11:30 Back & Spine Sakura.M	
12:00 ~ 13:00 Back & Arm Amau.H		12:00 ~ 13:00 Waist Nagi.M	12:00 ~ 13:00 Pilates Barre momo.O	12:00 ~ 13:00 Waist Nagi.M	12:00 ~ 13:00 Pilates Workout Amau.H	12:00 ~ 13:00 Body Balance Sakura.M	12:00 ~ 13:00 Basic Nagi.M	
13:30 ~ 14:30 Waist Nagi.M		13:30 ~ 14:30 jump to burn momo.O	13:30 ~ 14:30 Basic Nagi.M	13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning Sakura.M	13:30 ~ 14:30 Basic Hono.Y	13:30 ~ 14:30 Power up Control momo.O	13:30 ~ 14:30 Shape up waist Sakura.M	
15:00 ~ 16:00 jump to burn momo.O		15:00 ~ 16:00 Waist Nagi.M		15:00 ~ 16:00 Basic Nagi.M		15:00 ~ 16:00 Basic Hono.Y	15:00 ~ 16:00 Waist Nagi.M	
16:30 ~ 17:30 Hip Punch Amau.H						16:30 ~ 17:30 Reset Flow Sakura.M	16:30 ~ 17:30 Pilates Cardio Sakura.M	
18:00 ~ 19:00 Basic Nagi.M						18:00 ~ 19:00 Basic Hono.Y	18:00 ~ 19:00 Waist Nagi.M	
			17:30 ~ 18:30 Back & Spine Sakura.M	17:30 ~ 18:30 Advance Amau.H	17:30 ~ 18:30 Hip & Leg Amau.H	17:30 ~ 18:30 Pilates Cardio Sakura.M	19:30 ~ 20:30 Shape up waist Sakura.M	
			19:00 ~ 20:00 Basic Hono.Y	19:00 ~ 20:00 Power up Control momo.O	19:00 ~ 20:00 Back & Arm Sakura.M	19:00 ~ 20:00 Hip & Leg Amau.H		
			20:30 ~ 21:30 Body Balance Sakura.M	20:30 ~ 21:30 Back & Arm Amau.H	20:30 ~ 21:30 Hip Punch Amau.H	20:30 ~ 21:30 Animal Stretch Sakura.M		

06/09	06/10	06/11	06/12	06/13	06/14	06/15	06/16
月	火	水	木	金	土	日	月
close	10:30 ~ 11:30 Waist Nagi.M	10:30 ~ 11:30 Hip Punch Amau.H	10:30 ~ 11:30 Waist Nagi.M	10:30 ~ 11:30 Reset Flow Sakura.M	10:30 ~ 11:30 Advance Amau.H	10:30 ~ 11:30 Power up Control Sakura.M	close
	12:00 ~ 13:00 Basic Hono.Y	12:00 ~ 13:00 Waist Nagi.M	12:00 ~ 13:00 Basic Hono.Y	12:00 ~ 13:00 Basic 未定	12:00 ~ 13:00 jump to burn momo.O	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Amau.H	
	13:30 ~ 14:30 Waist Nagi.M	13:30 ~ 14:30 Back & Arm Amau.H	13:30 ~ 14:30 Waist Nagi.M	13:30 ~ 14:30 Body Balance Sakura.M	13:30 ~ 14:30 Pilates Workout Amau.H	13:30 ~ 14:30 Pilates Cardio Sakura.M	
	15:00 ~ 16:00 Basic Hono.Y		15:00 ~ 16:00 Hip & Leg Amau.H		15:00 ~ 16:00 Waist Nagi.M	15:00 ~ 16:00 Release & Strength Amau.H	
					16:30 ~ 17:30 Hip & Leg momo.O	16:30 ~ 17:30 Shape up waist Sakura.M	
					18:00 ~ 19:00 Basic Nagi.M	18:00 ~ 19:00 Back & Arm Amau.H	
		17:30 ~ 18:30 Release & Strength Amau.H	17:30 ~ 18:30 Basic Hono.Y	17:30 ~ 18:30 jump to burn momo.O	17:30 ~ 18:30 Waist Nagi.M	19:30 ~ 20:30 Animal Stretch momo.O	
		19:00 ~ 20:00 Basic Hono.Y	19:00 ~ 20:00 Back & Spine Sakura.M	19:00 ~ 20:00 Back & Arm Amau.H	19:00 ~ 20:00 Basic Hono.Y		
		20:30 ~ 21:30 Pilates Workout Amau.H	20:30 ~ 21:30 Basic Hono.Y	20:30 ~ 21:30 Pilates Barre momo.O	20:30 ~ 21:30 Waist Nagi.M		

👉: 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週間前迄にお願いしております。

・レッスン開始時刻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 K NU茶屋町店

【 06/17 ~ 06/24 】 スケジュール

2025/05/23 更新

06/17	06/18	06/19	06/20	06/21	06/22	06/23	06/24
火	水	木	金	土	日	月	火
10:30 ~ 11:30 Waist Nagi.M	10:30 ~ 11:30 Basic Hono.Y	10:30 ~ 11:30 Back & Spine Sakura.M	10:30 ~ 11:30 Basic Hono.Y	10:30 ~ 11:30 Basic Hono.Y	10:30 ~ 11:30 Hip Punch Amou.H	close	10:30 ~ 11:30 Waist Nagi.M
12:00 ~ 13:00 Waist Nagi.M	12:00 ~ 13:00 Waist Nagi.M	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Amou.H	12:00 ~ 13:00 Pilates Cardio Sakura.M	12:00 ~ 13:00 Pilates Workout Amou.H	12:00 ~ 13:00 Pilates Barre momo.O		12:00 ~ 13:00 Body Balance Sakura.M
13:30 ~ 14:30 Back & Arm Amou.H	13:30 ~ 14:30 Basic Hono.Y	13:30 ~ 14:30 Reset Flow Sakura.M	13:30 ~ 14:30 Basic Hono.Y	13:30 ~ 14:30 Basic Hono.Y	13:30 ~ 14:30 Reset Flow Sakura.M		13:30 ~ 14:30 Waist Nagi.M
15:00 ~ 16:00 Hip & Leg Amou.H		15:00 ~ 16:00 Back & Arm Amou.H		15:00 ~ 16:00 Waist Nagi.M	15:00 ~ 16:00 Pilates Workout Amou.H		15:00 ~ 16:00 Basic Hono.Y
				16:30 ~ 17:30 Body Balance Sakura.M	16:30 ~ 17:30 Release & Strength momo.O		
				18:00 ~ 19:00 Waist Nagi.M	18:00 ~ 19:00 Power up Control Sakura.M		
17:30 ~ 18:30 Basic Hono.Y	17:30 ~ 18:30 Animal Stretch Sakura.M	17:30 ~ 18:30 Basic Hono.Y	17:30 ~ 18:30 Back & Arm Amou.H	19:30 ~ 20:30 Back & Spine Sakura.M			17:30 ~ 18:30 Pilates Cardio Sakura.M
19:00 ~ 20:00 Pilates Workout Amou.H	19:00 ~ 20:00 Waist Nagi.M	19:00 ~ 20:00 Hip Punch Amou.H	19:00 ~ 20:00 Waist Nagi.M				19:00 ~ 20:00 Basic Hono.Y
20:30 ~ 21:30 Basic Hono.Y	20:30 ~ 21:30 Pilates Cardio Sakura.M	20:30 ~ 21:30 Basic Hono.Y	20:30 ~ 21:30 Advance Amou.H				20:30 ~ 21:30 Back & Spine Sakura.M

pilates K NU茶屋町店

【 06/25 ~ 06/30 】 スケジュール

2025/05/23 更新

06/25	06/26	06/27	06/28	06/29	06/30
水	木	金	土	日	月
10:30 ~ 11:30 Reset Flow Sakura.M	10:30 ~ 11:30 Advance Amou.H	10:30 ~ 11:30 Shape up waist momo.O	10:30 ~ 11:30 Waist Nagi.M	10:30 ~ 11:30 Back & Spine Sakura.M	close
12:00 ~ 13:00 Waist Nagi.M	12:00 ~ 13:00 Animal Stretch Sakura.M	12:00 ~ 13:00 Basic Hono.Y	12:00 ~ 13:00 Power up Control momo.O	12:00 ~ 13:00 jump to burn momo.O	
13:30 ~ 14:30 Basic Nagi.M	13:30 ~ 14:30 Hip Punch Amou.H	13:30 ~ 14:30 jump to burn momo.O	13:30 ~ 14:30 Basic Hono.Y	13:30 ~ 14:30 Hip Punch Amou.H	
	15:00 ~ 16:00 Waist Nagi.M		15:00 ~ 16:00 Waist Nagi.M	15:00 ~ 16:00 Body Balance Sakura.M	
			16:30 ~ 17:30 jump to burn momo.O	16:30 ~ 17:30 Animal Stretch momo.O	
			18:00 ~ 19:00 Basic Hono.Y	18:00 ~ 19:00 Pilates Workout Amou.H	
17:30 ~ 18:30 Basic Naoko.O	17:30 ~ 18:30 Basic Hono.Y	17:30 ~ 18:30 Waist Nagi.M	19:30 ~ 20:30 Pilates Barre momo.O		
19:00 ~ 20:00 Pilates Workout Amou.H	19:00 ~ 20:00 Waist Nagi.M	19:00 ~ 20:00 Basic Hono.Y			
20:30 ~ 21:30 Basic Naoko.O	20:30 ~ 21:30 Basic Hono.Y	20:30 ~ 21:30 Waist Nagi.M			

👉: 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、翌月の予約可能回数に制限されます。