2021年5月 グループレッスン スケジュール

日	月	火	水	木	金	土
2日	3日	4日	5日	6日	7日	8日
09:45 ★	16:00 💙	10:30 ★	10:30 💙	18:30 ★	10:30	09:00 💙
		19:30 🛨				10:30 ★
9日	10日	11日	12日	13日	14日	15日
09:45 ★	16:00 💙	10:30 ★	10:30 💙	18:30 ★		09:00 💙
		20:00 🛨		20:00 💙		10:30 ★
16日	17日	18日	19日	20日	21日	22日
09:45 ★	16:00 💙	10:30 ★	10:30 💙	18:30 ★	10:30 🔺	09:00 💙
		20:00 🛨		20:00 💙		10:30 ★
23日	24日	25日	26日	27日	28日	29日
09:45 ★	16:00 💙	10:30 ★	10:30 💙			09:00 💙
		20:00 ★				10:30 ★
30日	31日					
	16:00 💙					

※ピラティスプライベートレッスンご希望の方は、 上記グループレッスン以外の時間でご希望日時をご連絡ください。

グループレッスン

★ ピラティス

⇒ 60分·定員4名

▶ トランポリン ⇒ 50分・定員3名

(カーディオラティス) 筋膜リリース

⇒ 60分·定員4名

体験レッスン

●「HPを見た」「看板を見た」 「SNSを見た」とお伝えください。

1.500円(稅込) 通常 3,080円





【要予約】

〒530-0026 大阪市北区神山町14-3 アド神山408

TEL: 070-5042-8481 MAIL: pilates.exflow@gmail.com

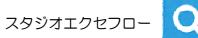
HP: https://studio-exflow.com/

studio exflow

pilates & endermologie

Instagram

Instagram : @pilates.exflow



2021年6月 グループレッスン スケジュール

日	月	火	水	木	金	土
	/ /	1日	2日	3日	 4日	5日
		10:30 ★	-	18:30 ★	10:30	10:30 ★
		20:00 ★		20:00 💙		
6日	7日	8日	9日	10日	11日	12日
09:45 ★	16:00 💙	10:30 ★		18:30 ★		10:30 ★
		20:00 ★		20:00 💙		
13日	14日	15日	16日	17日	18日	19日
09:45 ★	16:00 💙	10:30 ★		18:30 ★	10:30	10:30 ★
		20:00 ★		20:00 💙		
20日	21日	22日	23日	2日	25日	26日
09:45 ★	16:00 💙	10:30 ★		18:30 ★		10:30 ★
		20:00 ★		20:00 💙		
27日	28日	29日	30日	7月1日	2日	3日
09:45 ★	16:00 💙	10:30 ★		18:30 ★	10:30	10:30 ★
		20:00 🛨		20:00 💙		

※ピラティスプライベートレッスンご希望の方は、

上記グループレッスン以外の時間でご希望日時をご連絡ください。

グループレッスン

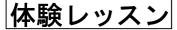
★ ピラティス

⇒ 60分·定員4名

▶ トランポリン ⇒ 50分・定員3名

(カーディオラティス) 筋膜リリース

⇒ 60分·定員4名



●「HPを見た」「看板を見た」 「SNSを見た」とお伝えください。

1.500円(稅込) 通常 3,080円





【要予約】

〒530-0026 大阪市北区神山町14-3 アド神山408

TEL: 070-5042-8481 MAIL: pilates.exflow@gmail.com

HP: https://studio-exflow.com/

pilates & endermologie studio exflow

Instagram

Instagram : @pilates.exflow

