

2021年7月 グループレッスン スケジュール

日	月	火	水	木	金	土
				1日 18:30 ★	2日 10:30 ♥	3日 10:30 ★
4日 09:45 ★	5日 16:00 ♥	6日 10:30 ★ 20:00 ★	7日	8日 18:30 ★	9日	10日 10:30 ★
11日 09:45 ★	12日 16:00 ♥	13日 10:30 ★ 20:00 ★	14日	15日 18:30 ★	16日 10:30 ♥	17日 10:30 ★
18日 09:45 ★	19日 16:00 ♥	20日 10:30 ★ 20:00 ★	21日	22日 18:30 ★	23日	24日 10:30 ★
25日 09:45 ★	26日 16:00 ♥	27日 10:30 ★	28日	29日 18:30 ★	30日 10:30 ♥	31日 10:30 ★

※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)



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。

通常 3,080円 ⇒ **1,500円** (税込)



【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

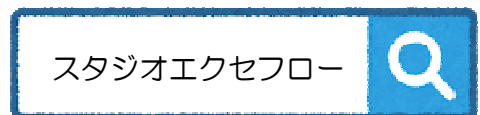
HP : <https://studio-exflow.com/>

e

pilates & endermologie
studio exflow



Instagram :
@pilates.exflow



2021年8月 グループレッスン スケジュール

日	月	火	水	木	金	土
1日 09:45 ★	2日 16:00 ♥	3日 10:30 ★ 20:00 ★	4日	5日 19:00 ★	6日	7日 08:45 ★
8日 09:45 ★	9日	10日 10:30 ★ 20:00 ★	11日	12日 18:30 ★	13日 10:30 ♥	14日 10:30 ★
15日 09:45 ★	16日 16:00 ♥	17日 10:30 ★ 20:00 ★	18日	19日 18:30 ★	20日	21日 10:30 ★
22日 09:45 ★	23日 16:00 ♥	24日 10:30 ★ 20:00 ★	25日	26日 18:30 ★	27日 10:30 ♥	28日 10:30 ★
29日 09:45 ★	30日 16:00 ♥	31日 10:30 ★ 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)



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。

通常 3,080円 ⇒ **1,500円** (税込)



【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/>

e

pilates & endermologie
studio exflow



Instagram :
@pilates.exflow

スタジオエクセフロー

