

神戸三宮店【2月1日～2月8日スケジュール】

2025年1月31日更新

02/01	02/02	02/03	02/04	02/05	02/06	02/07	02/08
土	日	月	火	水	木	金	土
10:00-11:00 Pilates Barre Moa	10:30-11:30 Reset Flow On	10:30-11:30 Pilates Barre sora	10:00-11:00 Basic Ayari.f	10:30-11:30 Jump to Burn sora	10:00-11:00 Animal Stretch sora	10:30-11:30 Back&Arm Ayari.f	10:00-11:00 Pilates Cardio sora
11:30-12:30 Body Balance mami	12:00-13:00 Basic yuri.Y	12:00-13:00 Power up Control On	11:30-12:30 Shape up Waist sora	12:00-13:00 Basic Miyu	11:30-12:30 Hip Punch Moa	12:00-13:00 Advance sora	11:30-12:30 Back&Arm Ayari.f
13:00-14:00 Basic Ayari.f	13:30-14:30 Pilates Workout On	13:30-14:30 Waist sora	13:00-14:00 Release&Strength sora	13:30-14:30 Hip&Leg sora	13:00-14:00 Stretch & Conditioning sora	13:30-14:30 Basic Ayari.f	13:00-14:00 Waist Moa
14:30-15:30 Style up pilates mami	15:00-16:00 Back&Arm Ayari.f		14:30-15:30 Back&Arm Ayari.f		14:30-15:30 Waist yuri.Y		14:30-15:30 Basic Ayari.f
16:00-17:00 Hip&Leg sora	16:30-17:30 Basic Ayari.f						16:00-17:00 Shape up Waist sora
17:30-18:30 Back&Arm Ayari.f	18:00-19:00 Shape up Waist yuri.Y						17:30-18:30 Basic Ayari.f
19:00-20:00 Animal Stretch sora		18:00-19:00 Basic momoka.U	18:00-19:00 Hip&Leg yuri.Y	18:00-19:00 Basic Ayari.f	18:00-19:00 Back&Arm Ayari.f	18:00-19:00 Jump to Burn sora	19:00-20:00 Hip&Leg Key
		19:30-20:30 Hip&Leg yuri.Y	19:30-20:30 Basic Ayari.f	19:30-20:30 Shape up Waist yuri.Y	19:30-20:30 Pilates Barre yuri.Y	19:30-20:30 Pilates Barre yuri.Y	
		21:00-22:00 Waist momoka.U	21:00-22:00 Pilates Barre yuri.Y	21:00-22:00 Back&Arm Ayari.f	21:00-22:00 Basic Ayari.f	21:00-22:00 Hip&Leg yuri.Y	

神戸三宮店【2月9日～2月16日スケジュール】

02/09	02/10	02/11	02/12	02/13	02/14	02/15	02/16
日	月	火	水	木	金	土	日
10:30-11:30 Back&Arm Mirai	10:30-11:30 Release&Strength sora	10:00-11:00 Animal Stretch sora	10:30-11:30 Waist yuri.Y	10:00-11:00 Pilates Cardio mami	10:30-11:30 Shape up Waist yuri.Y	10:00-11:00 Basic momoka	10:30-11:30 Pilates Workout On
12:00-13:00 Basic momoka.U	12:00-13:00 Back&Arm Ayari.f	11:30-12:30 Hip&Leg yuri.Y	12:00-13:00 Jump to Burn sora	11:30-12:30 Stretch & Conditioning yuri.Y	12:00-13:00 Basic yuri.Y	11:30-12:30 Back&Spine mami	12:00-13:00 Waist sora
13:30-14:30 Hip&Leg yuri.Y	13:30-14:30 Pilates Cardio sora	13:00-14:00 Basic Moa	13:30-14:30 Hip&Leg yuri.Y	13:00-14:00 Body Balance mami	13:30-14:30 Pilates Cardio sora	13:00-14:00 Waist momoka	13:30-14:30 Pilates Barre yuri.Y
15:00-16:00 Shape up Waist yuri.Y		14:30-15:30 Advance sora		14:30-15:30 Basic yuri.Y		14:30-15:30 Pilates Cardio sora	15:00-16:00 Back&Arm On
16:30-17:30 Basic Mirai		16:00-17:00 Waist momoka.U				16:00-17:00 Style up pilates mami	16:30-17:30 Animal Stretch sora
18:00-19:00 Waist momoka.U		17:30-18:30 Pilates Barre yuri.Y				17:30-18:30 Basic mami	18:00-19:00 Basic yuri.Y
	18:00-19:00 Hip Punch On	19:00-20:00 Basic momoka.U	18:00-19:00 Reset Flow mami	18:00-19:00 Waist momoka.U	18:00-19:00 Basic sora	19:00-20:00 Jump to Burn sora	
	19:30-20:30 Basic yuri.Y		19:30-20:30 Pilates Cardio sora	19:30-20:30 Shape up Waist yuri.Y	19:30-20:30 Back&Spine mami		
	21:00-22:00 Body Balance On		21:00-22:00 Release&Strength mami	21:00-22:00 Basic momoka.U	21:00-22:00 Style up pilates mami		

・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。

神戸三宮店【2月17日～2月24日スケジュール】

2025年1月16日更新

02/17	02/18	02/19	02/20	02/21	02/22	02/23	02/24
月	火	水	木	金	土	日	月
10:30-11:30 Jump to Burn sora	10:00-11:00 Basic yuri.Y	10:30-11:30 Reset Flow On	close	close	10:00-11:00 Hip Punch Moa	10:00-11:00 Basic sora	10:00-11:00 Reset Flow mami
12:00-13:00 Power up Control On	11:30-12:30 Advance sora	12:00-13:00 Basic sora			11:30-12:30 Back&Arm On	11:30-12:30 Style up pilates mami	11:30-12:30 Hip Punch On
13:30-14:30 Basic sora	13:00-14:00 Waist yuri.Y	13:30-14:30 Pilates Workout On			13:00-14:00 Basic sora	13:00-14:00 Jump to Burn sora	13:00-14:00 Back&Spine mami
	14:30-15:30 Release&Strength sora				14:30-15:30 Back&Spine On	14:30-15:30 Basic yuri.Y	14:30-15:30 Hip&Leg sora
					16:00-17:00 Shape up Waist yuri.Y	16:00-17:00 Reset Flow mami	16:00-17:00 Waist mami
					17:30-18:30 Pilates Barre sora	17:30-18:30 Hip&Leg yuri.Y	17:30-18:30 Power up Control On
18:00-19:00 Body Balance mami	18:00-19:00 Back&Arm On	18:00-19:00 Shape up Waist yuri.Y			19:00-20:00 Waist yuri.Y	19:00-20:00 Body Balance mami	19:00-20:00 Basic sora
19:30-20:30 Stretch & Conditioning yuri.Y	19:30-20:30 Style up pilates mami	19:30-20:30 Body Balance mami					
21:00-22:00 Back & Spine mami	21:00-22:00 Pilates Cardio On	21:00-22:00 Back&Spine mami					

神戸三宮店【2月25日～2月28日スケジュール】

02/25	02/26	02/27	02/28
火	水	木	金
10:00-11:00 Shape up Waist yuri.Y	10:30-11:30 Pilates Barre yuri.Y	10:00-11:00 Power up Control On	10:30-11:30 Hip&Leg yuri.Y
11:30-12:30 Body Balance mami	12:00-13:00 Basic yuri.Y	11:30-12:30 Waist yuri.Y	12:00-13:00 Animal Stretch sora
13:00-14:00 Hip&Leg yuri.Y	13:30-14:30 Pilates Cardio On	13:00-14:00 Back&Spine On	13:30-14:30 Basic sora
14:30-15:30 Style up pilates mami		14:30-15:30 Basic yuri.Y	
18:00-19:00 Power up Control On	18:00-19:00 Reset Flow On	18:00-19:00 Body Balance mami	18:00-19:00 Basic mami
19:30-20:30 Back&Spine mami	19:30-20:30 Pilates Workout Moa	19:30-20:30 Stretch & Conditioning yuri.Y	19:30-20:30 Hip Punch On
21:00-22:00 Basic Om	21:00-22:00 Back&Arm On	21:00-22:00 Hip&Leg mami	21:00-22:00 Style up pilates mami

：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）