



pilates

pilates K 神戸店 Lesson Schedule

更新日2020/9/15

2020/10/1~2020/10/15

	10月1日(木)	10月2日(金)	10月3日(土)	10月4日(日)	10月5日(月)	10月6日(火)	10月7日(水)	10月8日(木)	
10:00		10:30~11:30 Basic Moa	10:30~11:30 Strech&Conditioning Lina	10:30~11:30 Back&Arm Isa	close	10:30~11:30 Hip&Leg Akane	10:30~11:30 Back&Arm Aya		
11:00									
12:00		12:00~13:00 Pilates Workout Isa	12:00~13:00 Back&Arm Moa	12:00~13:00 Basic Akane			12:00~13:00 Waist Aya	12:00~13:00 Basic Akane	
13:00			13:30~14:30 Basic Akane	13:30~14:30 Waist Aya			13:30~14:30 Basic Akane		
14:00			15:00~16:00 Hip&Leg Isa						
15:00				15:00~16:00 Pilates Workout Isa					
17:00	18:00~19:00 Basic Lina	18:00~19:00 Back&Arm Aya	17:30~18:30 Basic Isa					18:00~19:00 Jump to burn Isa	18:00~19:00 Waist Isa
19:00	19:30~20:30 Back&Arm Aya	19:30~20:30 Basic Lina					19:00~20:00 Strech&Conditioning Moa	19:30~20:30 Basic Lina	19:30~20:30 Basic Moa
21:00	21:00~22:00 Strech&Conditioning Lina	21:00~22:00 Waist Aya				20:30~21:30 Basic Lina	21:00~22:00 Waist Moa	21:00~22:00 Back&Arm Isa	

	10月9日(金)	10月10日(土)	10月11日(日)	10月12日(月)	10月13日(火)	10月14日(水)	10月15日(木)	
10:00	10:30~11:30 Back&Arm Moa	10:30~11:30 Jump to burn Isa	10:30~11:30 Hip&Leg Akane	close	10:30~11:30 Strech&Conditioning Lina	10:30~11:30 Basic Aya		
11:00								
12:00	12:00~13:00 Hip&Leg Akane	12:00~13:00 Strech&Conditioning Lina	12:00~13:00 Waist Moa			12:00~13:00 Back&Arm Aya	12:00~13:00 Strech&Conditioning Lina	
13:00	13:30~14:30 Pilates Workout Isa	13:30~14:30 Basic Akane	13:30~14:30 Strech&Conditioning Lina				13:30~14:30 Hip&Leg Moa	
14:00		15:00~16:00 Waist Aya						
15:00			15:00~16:00 Basic Moa					
17:00		17:30~18:30 Hip&Leg Akane				18:00~19:00 Basic Isa		18:00~19:00 Strech&Conditioning Aya
19:00	19:00~20:00 Waist Aya					19:30~20:30 Waist Moa	19:00~20:00 Back&Arm Isa	19:30~20:30 Hip&Leg Akane
21:00	20:30~21:30 Strech&Conditioning Lina				21:00~22:00 Pilates Workout Isa	20:30~21:30 Basic Akane	21:00~22:00 Waist Aya	

・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 神戸店 Lesson Schedule

2020/10/16～2020/10/31

	10月16日(金)	10月17日(土)	10月18日(日)	10月19日(月)	10月20日(火)	10月21日(水)	10月22日(木)	10月23日(金)		
10:00	10:30～11:30 Hip&Leg Isa	10:30～11:30 Back&Arm Moa	10:30～11:30 Strech&Conditioning Aya	close	10:30～11:30 Waist Aya	10:30～11:30 Hip&Leg Akane		10:30～11:30 Basic Isa		
11:00										
12:00	12:00～13:00 Basic Lina	12:00～13:00 Hip&Leg Isa	12:00～13:00 Basic Akane		12:00～13:00 Basic Akane	12:00～13:00 Back&Arm Aya			12:00～13:00 Back&Arm Lina	
13:00		13:30～14:30 Strech&Conditioning Aya	13:30～14:30 Back&Arm Lina		13:30～14:30 Jump to burn Isa				13:30～14:30 Jump to burn Uki	
14:00		15:00～16:00 Basic Lina								
15:00			15:00～16:00 Hip&Leg Akane							
17:00	18:00～19:00 Strech&Conditioning Moa	17:30～18:30 Waist Aya						18:00～19:00 Basic Lina	18:00～19:00 Pilates Workout Isa	
19:00	19:30～20:30 Hip&Leg Akane					19:00～20:00 Back&Arm Lina		19:30～20:30 Waist Moa	19:30～20:30 Strech&Conditioning Moa	19:00～20:00 Basic Aya
21:00	21:00～22:00 Back&Arm Aya				20:30～21:30 Hip&Leg Moa	21:00～22:00 Strech&Conditioning Lina	21:00～22:00 Basic Isa	20:30～21:30 Hip&Leg Akane		

	10月24日(土)	10月25日(日)	10月26日(月)	10月27日(火)	10月28日(水)	10月29日(木)	10月30日(金)	10月31日(土)		
10:00	10:30～11:30 Basic Moa	10:30～11:30 Jump to burm Isa	close	10:30～11:30 Basic Lina	10:30～11:30 Strech&Conditioning Moa		10:30～11:30 Hip&Leg Akane	10:30～11:30 Waist Moa		
11:00										
12:00	12:00～13:00 Strech&Conditioning Lina	12:00～13:00 Hip&Leg Akane		12:00～13:00 Waist Moa	12:00～13:00 Basic Aya			12:00～13:00 Strech&Conditioning Moa	12:00～13:00 Basic Akane	
13:00	13:30～14:30 Waist Moa	13:30～14:30 Basic Isa			13:30～14:30 Back&Arm Lina				13:30～14:30 Pilates Workout Isa	
14:00	15:00～16:00 Back&Arm Aya								15:00～16:00 Hip&Leg Moa	
15:00		15:00～16:00 Back&Arm Moa								
17:00	17:30～18:30 Hip&Leg Akane				18:00～19:00 Strech&Conditioning Aya			18:00～19:00 Basic Isa	18:00～19:00 Waist Aya	17:30～18:30 Strech&Conditioning Lina
19:00					19:30～20:30 Hip&Leg Akane		19:00～20:00 Jump to burm Isa	19:30～20:30 Waist Aya	19:30～20:30 Back&Arm Isa	
21:00				21:00～22:00 Back&Arm Aya	20:30～21:30 Basic Akane	21:00～22:00 Hip&Leg Isa	21:00～22:00 Basic Lina			

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）