



pilates

pilates K 神戸店 Lesson Schedule

更新日2020/11/07

2020/11/1~2020/11/15

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

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

2020/11/16～2020/11/30

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

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