



pilates

pilates K 神戸店 Lesson Schedule

更新日2020/11/15

2020/12/1~2020/12/15

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

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

- ・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

2020/12/16～2020/12/30

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

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

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）