



pilates

pilates K 神戸店 Lesson Schedule

更新日2021/3/2

2021/3/1~2021/3/15

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

	3月9日(火)	3月10日(水)	3月11日(木)	3月12日(金)	3月13日(土)	3月14日(日)	3月15日(月)	
10:30	10:30~11:30 Jump to Burn Aya	10:30~11:30 Release&Strength Isa		10:30~11:30 Hip&Leg Akane	10:30~11:30 Body Balance Aya	10:30~11:30 Waist Lina	close	
12:00	12:00~13:00 Back&Arm Akane	12:00~12:50 Peach Hip Akane		12:00~13:00 Jump to Burn Aya	12:00~13:00 Hip&Leg Akane	12:00~13:00 Advance (members only) Isa		
13:30	13:30~14:30 Basic Aya			13:30~14:30 Basic Akane	13:30~14:30 Basic Lina	13:30~14:30 Basic Akane		
15:00				18:00~19:00 Body Balance Lina	15:00~15:50 Peach Hip Akane	15:00~16:00 Release&Strength Isa		
17:00		17:30~18:30 Waist Lina						
18:00	19:00~19:50 Peach Hip Akane	19:30~20:30 Waist Aya		18:00~19:00 Basic Aya	19:00~20:00 Basic Aya			
19:30	20:30~21:30 Stretch&Conditioning Lina	21:00~22:00 Basic Lina		19:30~20:30 Back&Arm Lina	20:30~21:30 Pilates Workout Isa			
21:00				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

2021/3/16~2021/3/31

	3月16日(火)	3月17日(水)	3月18日(木)	3月19日(金)	3月20日(土)	3月21日(日)	3月22日(月)	3月23日(火)
10:30	10:30~11:20 Peach Hip Akane	10:30~11:30 Waist Akane		10:30~11:30 Basic Lina	10:30~11:30 Release&Strength Isa	10:30~11:30 Body Balance Lina	close	10:30~11:30 Basic Lina
12:00	12:00~13:00 Basic Aya	12:00~13:00 Hip&Leg Isa		12:00~13:00 Pilates Workout Isa	12:00~13:00 Hip&Leg Akane	12:00~13:00 Pilates Workout Isa		12:00~13:00 Back&Arm Aya
13:30		13:30~14:30 Basic Akane			13:30~14:30 Advance (members only) Isa	13:30~14:30 Basic Lina		13:30~14:30 Waist Lina
15:00					15:00~16:00 Basic Akane	15:00~15:50 Peach Hip Akane		
17:00					17:30~18:30 Jump to Burn Aya			
18:00	18:00~19:00 Stretch&Conditioning Lina		18:00~19:00 Waist Aya	18:00~19:00 Back&Arm Akane				19:00~20:00 Pilates Workout Isa
19:30	19:30~20:30 Waist Aya	19:00~20:00 Basic Lina	19:30~20:30 Hip&Leg Akane	19:30~20:30 Body Balance Aya				20:30~21:30 Release&Strength Akane
21:00	21:00~22:00 Body Balance Lina	20:30~21:30 Jump to Burn Aya	21:00~22:00 Basic Aya	21:00~21:50 Peach Hip Akane				

	3月24日(水)	3月25日(木)	3月26日(金)	3月27日(土)	3月28日(日)	3月29日(月)	3月30日(火)	3月31日(水)
10:30	10:30~11:30 Basic Lina		10:30~11:30 Jump to Burn Aya	10:30~11:30 Release&Strength Akane	10:30~11:30 Basic Akane	close	10:30~11:30 Back&Arm Akane	10:30~11:30 Basic Isa
12:00	12:00~13:00 Body Balance Aya		12:00~12:50 Peach Hip Akane	12:00~13:00 Body Balance Aya	12:00~13:00 Back&Arm Aya		12:00~13:00 Pilates Workout Isa	12:00~12:50 Peach Hip Akane
13:30				13:30~14:30 Waist Lina	13:30~14:20 Peach Hip Akane			13:30~14:30 Release&Strength Isa
15:00				15:00~16:00 Stretch&Conditioning Aya	15:00~16:00 Jump to Burn Aya			
17:00				17:30~18:30 Basic Lina				
18:00	18:00~19:00 Hip&Leg Isa	18:00~19:00 Stretch&Conditioning Aya	18:00~19:00 Basic Isa				18:00~19:00 Basic Lina	19:00~20:00 Waist Lina
19:30	19:30~20:30 Release&Strength Akane	19:30~20:30 Basic Lina	19:30~20:30 Body Balance Lina				19:30~20:30 Jump to Burn Isa	20:30~21:30 Basic Aya
21:00	21:00~22:00 Basic Isa	21:00~22:00 Body Balance Aya	21:00~22:00 Advance (members only) Isa				21:00~22:00 Hip&Leg 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）