



pilates

pilates K 神戸店 Lesson Schedule

更新日2021/3/15

2021/4/1~2021/4/15

	4月1日(木)	4月2日(金)	4月3日(土)	4月4日(日)	4月5日(月)	4月6日(火)	4月7日(水)	4月8日(木)
10:30		10:30~11:30 Basic Lina	10:30~11:30 Body Balance Lina	10:30~11:20 Peach Hip (members only)	close	10:30~11:30 Waist Moa	10:30~11:30 Hip&Leg Moa	
12:00		12:00~13:00 Hip&Leg Moa	12:00~13:00 Basic Akane	Akane 12:00~13:00 Waist Isa		12:00~12:50 Peach Hip (members only) Akane	12:00~13:00 Basic Akane	
13:30		13:30~14:30 Jump to Burn Aya	13:30~14:30 Pilates Workout (members only) Isa	13:30~14:30 Release&Strength Akane		13:30~14:30 Basic Moa	13:30~14:30 Back&Arm Moa	
15:00			15:00~16:00 Back&Arm Lina	15:00~16:00 Basic Isa				
			16:30~17:30 Hip&Leg Akane					
17:00								
	18:00~19:00 Basic Akane	18:00~19:00 Strech&Conditioning Aya	18:00~19:00 Strech&Conditioning Isa			18:00~19:00 Jump to Burn Isa	18:00~19:00 Advance (members only) Isa	18:00~19:00 Waist Aya
18:00	19:30~20:30 Pilates Workout (members only) Moa	19:30~20:30 Back&Arm Isa				19:30~20:30 Body Balance Aya	19:30~20:30 Basic Aya	19:30~20:20 Peach Hip (members only) Akane
19:30	21:00~22:00 Body Balance Aya	21:00~22:00 Waist Akane				21:00~22:00 Release&Strength Isa	21:00~22:00 Hip&Leg Isa	21:00~22:00 Basic Aya

	4月9日(金)	4月10日(土)	4月11日(日)	4月12日(月)	4月13日(火)	4月14日(水)	4月15日(木)
10:30	10:30~11:30 Strech&Conditioning Isa	10:30~11:30 Advance (members only) Isa	10:30~11:30 Back&Arm Aya	close	10:30~11:30 Jump to Burn Isa	10:30~11:30 Basic Aya	
12:00	12:00~13:00 Waist Akane	12:00~13:00 Body Balance Lina	12:00~13:00 Basic Moa		12:00~13:00 Basic Aya	12:00~13:00 Advance (members only) Isa	
13:30	13:30~14:20 Peach Hip (members only) Moa	13:30~14:30 Hip&Leg Moa	13:30~14:30 Jump to Burn Aya		13:30~14:30 Pilates Workout (members only) Isa	13:30~14:30 Body Balance Aya	
15:00		15:00~16:00 Release&Strength Isa	15:00~16:00 Pilates Workout (members only) Moa				
17:00		16:30~17:30 Basic Lina					
18:00	18:00~19:00 Hip&Leg Akane	18:00~19:00 Waist Moa			18:00~19:00 Basic Moa	18:00~19:00 Hip&Leg Moa	18:00~19:00 Release&Strength Akane
19:30	19:30~20:30 Basic Lina				19:30~20:20 Peach Hip (members only) Akane	19:30~20:30 Waist Akane	19:30~20:30 Basic Aya
21:00	21:00~22:00 Body Balance Aya				21:00~22:00 Waist Moa	21:00~22:00 Back&Arm Moa	21:00~22:00 Jump to Burn Isa

- ・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

2021/4/16~2021/4/30

	4月16日(金)	4月17日(土)	4月18日(日)	4月19日(月)	4月20日(火)	4月21日(水)	4月22日(木)	4月23日(金)		
10:30	10:30~11:30 Hip&Leg Lina	10:30~11:30 Back&Arm Lina	close	close	10:30~11:30 Basic Akane	10:30~11:30 Waist Moa		10:30~11:30 Jump to Burn Aya		
12:00	12:00~13:00 Release&Strength Isa	12:00~13:00 Jump to Burn Aya			12:00~12:50 Peach Hip (members only) Moa	12:00~13:00 Release&Strength Akane		12:00~13:00 Release&Strength Akane	12:00~13:00 Pilates Workout (members only) Moa	
13:30	13:30~14:30 Basic Lina	13:30~14:30 Strech&Conditioning Moa			13:30~14:30 Back&Arm Akane	13:30~14:30 Hip&Leg Moa		13:30~14:30 Hip&Leg Moa	13:30~14:30 Basic Lina	
15:00		15:00~16:00 Body Balance Lina								
16:30~17:20 Peach Hip (members only) Moa										
17:00		18:00~19:00 Waist Akane								
18:00	19:30~20:30 Pilates Workout (members only) Moa				19:30~20:30 Basic Aya	19:30~20:30 Jump to Burn Isa		19:30~20:30 Jump to Burn Isa	19:30~20:30 Basic Aya	19:30~20:30 Release&Strength Isa
19:30	21:00~22:00 Basic Akane				21:00~22:00 Waist Isa	21:00~22:00 Body Balance Aya		21:00~22:00 Body Balance Aya	21:00~22:00 Hip&Leg Lina	21:00~22:00 Basic Akane

	4月24日(土)	4月25日(日)	4月26日(月)	4月27日(火)	4月28日(水)	4月29日(木)	4月30日(金)				
10:30	10:30~11:30 Basic Lina	10:30~11:30 Release&Strength Akane	close	10:30~11:30 Hip&Leg Lina	10:30~11:30 Strech&Conditioning Lina		10:30~11:30 Jump to Burn Aya				
12:00	12:00~13:00 Back&Arm Akane	12:00~13:00 Advance (members only) Isa		12:00~13:00 Basic Aya	12:00~12:50 Peach Hip (members only) Moa		12:00~13:00 Basic Isa				
13:30	13:30~14:30 Strech&Conditioning Isa	13:30~14:30 Basic Akane		13:30~14:30 Body Balance Lina	13:30~14:30 Waist Isa		13:30~14:30 Back&Arm Aya				
15:00	15:00~16:00 Waist Lina	15:00~16:00 Hip&Leg Isa		15:00~16:00 Hip&Leg Isa							
16:30~17:20 Peach Hip (members only) Akane				18:00~19:00 Basic Moa					18:00~19:00 Jump to Burn Isa	18:00~19:00 Hip&Leg Lina	18:00~19:00 Strech&Conditioning Lina
17:00				19:30~20:30 PilatesBarre Isa					19:30~20:30 Waist Akane	19:30~20:30 Release&Strength Akane	19:30~20:30 Body Balance Aya
18:00	21:00~22:00 Pilates Workout (members only) Moa	21:00~22:00 Pilates Workout (members only) Moa		21:00~22:00 Pilates Workout (members only) Moa	21:00~22:00 Basic Aya		21:00~22:00 Back&Arm Lina	21:00~21:50 Peach Hip (members only) Moa			

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）