



pilates

# pilates K 神戸店 Lesson Schedule

更新日2021/6/20

2021/7/1~2021/7/15

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

	7月9日(金)	7月10日(土)	7月11日(日)	7月12日(月)	7月13日(火)	7月14日(水)	7月15日(木)
10:30	10:30~11:30 Basic Mii	10:30~11:30 PilatesBarre Aya	10:30~11:30 Basic Mii	close	10:30~11:30 Back&Arm Aya	10:30~11:30 Jump to Burn Isa	
12:00	12:00~13:00 Hip&Leg Moa	12:00~13:00 Pilates Workout (members only) Isa	12:00~13:00 Waist Isa		12:00~13:00 Basic Mii	12:00~12:50 Peach Hip (members only) Akane	
13:30	13:30~14:30 Jump to Burn Isa	13:30~14:30 Back&Arm Aya	13:30~14:30 PilatesBarre Aya		13:30~14:30 Stretch&Conditioning Aya	13:30~14:30 Hip&Leg Isa	
15:00		15:00~16:00 Release&Strength Isa	15:00~16:00 Advance (members only) Isa				
		16:30~17:30 Basic Mii					
17:00	17:00~18:00 Advance (members only) Isa					18:00~19:00 Basic Mii	18:00~19:00 Hip&Leg Isa
18:00	18:30~19:30 Waist Akane	18:00~19:00 Jump to Burn Isa				19:30~20:30 Pilates Workout (members only) Isa	19:30~20:30 Body Balance Akane
19:30						19:30~20:30 Release&Strength Akane	19:30~20:30 Body Balance Akane
21:00						21:00~22:00 Hip&Leg Moa	21:00~22:00 Basic 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

2021/7/16~7/31

	7月16日(金)	7月17日(土)	7月18日(日)	7月19日(月)	7月20日(火)	7月21日(水)	7月22日(木)	7月23日(金)			
10:30	10:30~11:30 Jump to Burn Aya	10:30~11:30 Body Balance Aya	10:30~11:30 Hip&Leg Akane	close	10:30~11:30 Shape up Waist Akane	10:30~11:30 Hip&Leg Akane	10:30~11:30 Basic Mii	10:30~11:30 Waist Mii			
12:00	12:00~13:00 Basic Mii	12:00~12:50 Peach Hip (members only) Moa	12:00~13:00 Basic Mii		12:00~13:00 Back&Arm Moa	12:00~13:00 Advance (members only) Moa	12:00~13:00 Back&Arm Aya	12:00~13:00 Release&Strength Lina			
13:30	13:30~14:30 Body Balance Aya	13:30~14:30 Waist Aya	13:30~14:30 Release&Strength Akane		13:30~14:30 Body Balance Akane	13:30~14:30 Waist Akane	13:30~14:30 Hip&Leg Moa	13:30~14:30 PilatesBarre Aya			
15:00		15:00~16:00 Back&Arm Moa	15:00~16:00 Pilates Workout (members only) Moa				15:00~16:00 Release&Strength Akane	15:00~16:00 Basic Mii			
17:00		16:30~17:30 Stretch&Conditioning Aya					16:30~17:30 Stretch&Conditioning Moa	16:30~17:30 Back&Arm Aya			
18:00		18:00~19:00 Back&Arm Moa					18:00~19:00 Basic Mii	18:00~19:00 Waist Mii	18:00~19:00 PilatesBarre Aya	18:00~18:50 Peach Hip (members only) Akane	18:00~18:50 Hip&Leg Lina
19:30		19:30~20:30 Waist Akane						19:30~20:30 Body Balance Aya	19:30~20:30 Basic Mii		
21:00	21:00~22:00 Hip&Leg Moa					21:00~22:00 Basic Mii	21:00~22:00 Jump to Burn Aya				

	7月24日(土)	7月25日(日)	7月26日(月)	7月27日(火)	7月28日(水)	7月29日(木)	7月30日(金)	7月31日(土)		
10:30	10:30~11:30 Basic Moa	10:30~11:30 Jump to Burn Aya	close	10:30~11:30 Release&Strength Akane	10:30~11:30 Basic Akane		10:30~11:30 Body Balance Akane	10:30~11:30 PilatesBarre Aya		
12:00	12:00~13:00 Waist Mii	12:00~13:00 Hip&Leg Akane		12:00~13:00 PilatesBarre Aya	12:00~12:50 Back&Arm Aya		12:00~13:00 Jump to Burn Aya	12:00~13:00 Pilates Workout (members only) Moa		
13:30	13:30~14:30 Release&Strength Akane	13:30~14:20 Basic Aya		13:30~14:20 Peach Hip (members only) Akane	13:30~14:30 Release&Strength Akane		13:30~14:30 Waist Akane	13:30~14:30 Basic Mii		
15:00	15:00~16:00 PilatesBarre Aya	15:00~15:50 Peach Hip (members only) Akane						15:00~16:00 Jump to Burn Aya		
17:00	16:30~17:30 Advance (members only) Moa							16:30~17:30 Waist Mii		
18:00	18:00~19:00 Shape up Waist Akane							18:00~19:00 Basic Moa	18:00~19:00 Stretch&Conditioning Moa	18:00~19:00 Hip&Leg Moa
19:30								19:30~20:30 Back&Arm Moa	19:30~20:30 Waist Mii	19:30~20:30 Basic Mii
21:00					21:00~22:00 Waist Mii		21:00~22:00 Basic Moa	21:00~22:00 Hip&Leg Moa	21:00~22:00 Pilates Workout (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）