



pilates

# pilates K 神戸店 Lesson Schedule

更新日2021/7/15

## 2021/8/1~2021/8/15

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

	8月9日(月)	8月10日(火)	8月11日(水)	8月12日(木)	8月13日(金)	8月14日(土)	8月15日(日)
10:30	close	10:30~11:30 Shape up Waist Akane	10:30~11:30 Hip&Leg Aya		10:30~11:30 Stretch&Conditioning Moa	10:30~11:30 Waist Mii	10:30~11:30 Basic Akane
12:00		12:00~13:00 PilatesBarre Aya	12:00~13:00 Waist Mii		12:00~13:00 Jump to Burn Aya	12:00~13:00 Release&Strength Akane	12:00~13:00 Hip&Leg Aya
13:30		13:30~14:20 Basic Akane	13:30~14:30 Jump to Burn Aya		13:30~14:30 Advance (members only) Moa	13:30~14:30 PilatesBarre Aya	13:30~14:30 Shape up Waist Akane
15:00						15:00~15:50 Peach Hip (members only) Akane	15:00~16:00 Back&Arm Aya
17:00						16:30~17:30 Basic Mii	
18:00		18:00~18:50 Peach Hip (members only) Moa	18:00~19:00 Pilates Workout (members only) Rika		18:00~19:00 Body Balance Aya	18:00~19:00 Release&Strength Akane	18:00~19:00 Jump to Burn Aya
19:30		19:30~20:30 Waist Mii	19:30~20:30 Basic Mii		19:30~20:30 Waist Mii	19:30~20:30 Back&Arm Aya	
21:00		21:00~22:00 Back&Arm Moa	21:00~22:00 Body Balance Rika		21:00~22:00 Hip&Leg Aya	21:00~22:00 Basic 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

2021/8/16~8/31

	8月16日(月)	8月17日(火)	8月18日(水)	8月19日(木)	8月20日(金)	8月21日(土)	8月22日(日)	8月23日(月)
10:30	close	10:30~11:30 Waist Aya	10:30~11:20 Shape up Waist Akane		10:30~11:30 Waist Mii	10:30~11:30 Hip&Leg Akane	10:30~11:30 Jump to Burn Aya	close
12:00		12:00~13:00 Basic Moa	12:00~13:00 Jump to Burn Aya		12:00~13:00 Body Balance Aya	12:00~13:00 Waist Mii	12:00~13:00 Basic Moa	
13:30		13:30~14:30 PilatesBarre Aya	13:30~14:30 Release&Strength Akane		13:30~14:30 Basic Mii	13:30~14:30 Pilates Workout (members only) Moa	13:30~14:30 Body Balance Aya	
15:00						15:00~16:00 Basic Mii	15:00~16:00 Advance (members only) Moa	
17:00						16:30~17:30 Stretch&Conditioning Moa		
18:00		18:00~19:00 Body Balance Akane	18:00~19:00 Hip&Leg Moa		18:00~18:50 Peach Hip (members only) Akane	18:00~19:00 Back&Arm Akane	18:00~19:00 Shape up Waist Akane	
19:30		19:30~20:30 Pilates Workout (members only) Moa	19:30~20:30 Basic Mii		19:30~20:30 PilatesBarre Aya	19:30~20:30 Hip&Leg Moa		
21:00		21:00~22:00 Shape up Waist Akane	21:00~22:00 Pilates Workout (members only) Moa		21:00~22:00 Basic Akane	21:00~22:00 Release&Strength Akane		

	8月24日(火)	8月25日(水)	8月26日(木)	8月27日(金)	8月28日(土)	8月29日(日)	8月30日(月)	8月31日(火)
10:30	10:30~11:20 Peach Hip (members only) Moa	10:30~11:30 Pilates Workout (members only) Moa		10:30~11:30 Back&Arm Akane	10:30~11:30 Shape up Waist Akane	10:30~11:30 Basic Mii	close	10:30~11:30 PilatesBarre Aya
12:00	12:00~13:00 Body Balance Aya	12:00~13:00 Release&Strength Akane		12:00~13:00 Basic Moa	12:00~13:00 Advance (members only) Moa	12:00~13:00 Jump to Burn Aya		12:00~13:00 Waist Mii
13:30	13:30~14:30 Back&Arm Moa	13:30~14:30 Basic Moa		13:30~14:30 Hip&Leg Akane	13:30~14:30 Basic Mii	13:30~14:30 Waist Mii		13:30~14:30 Jump to Burn Aya
15:00					15:00~16:00 Release&Strength Akane	15:00~16:00 Body Balance Aya		
17:00					16:30~17:30 Waist Mii			
18:00	18:00~19:00 Waist Mii	18:00~19:00 Stretch&Conditioning Aya		18:00~19:00 Back&Arm Moa	18:00~19:00 Basic Mii	18:00~19:00 Hip&Leg Moa		18:00~19:00 Hip&Leg Moa
19:30	19:30~20:30 Jump to Burn Aya	19:30~20:30 Waist Mii		19:30~20:30 Basic Aya	19:30~20:30 PilatesBarre Aya			19:30~20:30 Basic Mii
21:00	21:00~22:00 Basic Mii	21:00~22:00 PilatesBarre Aya		21:00~22:00 Advance (members only) Moa	21:00~22:00 Waist Mii			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）