



pilates

pilates K 神戸店 Lesson Schedule

更新日2021/9/15

2021/10/1~2021/10/15

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

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

- ・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 K 神戸店 Lesson Schedule

2021/10/16~10/31

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

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

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)