



pilates

# pilates K 神戸店 Lesson Schedule

更新日2021/9/11

2021/9/1~2021/9/15

	9月1日(水)	9月2日(木)	9月3日(金)	9月4日(土)	9月5日(日)	9月6日(月)	9月7日(火)	9月8日(水)
10:30	10:30~11:30 Pilates Workout (members only)		10:30~11:30 Waist Mii	10:30~11:30 Hip&Leg Akane	10:30~11:30 Shape up Waist Akane	close	10:30~11:30 Hip&Leg Akane	10:30~11:30 Basic Mii
12:00	Moa 12:00~13:00 Waist Mii		12:00~13:00 PilatesBarre Aya	12:00~13:00 Waist Mii	12:00~13:00 Basic 未定		12:00~13:00 Waist Mii	12:00~13:00 Jump to Burn Aya
13:30	13:30~14:30 Beauty Pilates Moa		13:30~14:30 Basic Mii	13:30~14:20 Peach Hip (members only) Moa	13:30~14:30 Back&Arm Akane		13:30~14:30 Shape up Waist Akane	13:30~14:30 Waist Mii
15:00				15:00~16:00 Basic Mii	15:00~16:00 Advance (members only) Moa			
				16:30~17:30 Release&Strength Akane				
17:00								
			17:30~18:30 Advance (members only) Moa	18:00~19:00 Back&Arm Moa				17:30~18:30 Basic 未定
18:00	17:30~18:30 Release&Strength Akane	17:30~18:30 Basic Mii					17:30~18:30 Beauty Pilates Aya	19:00~19:50 Peach Hip (members only) Akane
19:30	19:00~20:00 Basic 未定	19:00~20:00 Jump to Burn Aya	19:00~20:00 Body Balance Akane				19:00~20:00 Basic 未定	
21:00								

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

- ・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

2021/9/16~9/30

	9月16日(木)	9月17日(金)	9月18日(土)	9月19日(日)	9月20日(月)	9月21日(火)	9月22日(水)	9月23日(木)	
10:30		10:30~11:30 Basic 未定	10:30~11:30 Stretch&Conditioning Aya	10:30~11:30 Release&Strength Akane	close	10:30~11:30 Waist Mii	10:30~11:30 PilatesBarre Aya	10:30~11:30 Pilates Workout (members only) Moa	
12:00		12:00~13:00 Body Balance Aya	12:00~13:00 Advance (members only) Moa	12:00~13:00 Hip&Leg Aya		12:00~13:00 Body Balance Akane	12:00~13:00 Shape up Waist Akane	12:00~13:00 Waist Mii	
13:30		13:30~14:20 Peach Hip (members only) Moa	13:30~14:30 Basic Akane	13:30~14:30 Basic 未定		13:30~14:30 Beauty Pilates Aya	13:30~14:30 Jump to Burn Mii	13:30~14:30 Hip&Leg Moa	
15:00			15:00~15:50 Jump to Burn Aya	15:00~16:00 Back&Arm Aya				15:00~16:00 Release&Strength Akane	
			16:30~17:30 Waist Mii					16:30~17:30 Basic Mii	
17:00									
	17:30~18:20 Peach Hip (members only) Moa	17:30~18:30 Hip&Leg Moa	18:00~19:15 Beauty Pilates Moa				17:30~18:30 Basic Key	17:30~18:30 Back&Arm Moa	18:00~19:00 Shape up Waist Akane
19:30	19:00~20:00 Basic Mii	19:00~20:00 Shape up Waist Akane					19:00~20:00 Pilates Workout (members only) Moa	19:00~20:00 Basic Key	
21:00									

	9月24日(金)	9月25日(土)	9月26日(日)	9月27日(月)	9月28日(火)	9月29日(水)	9月30日(木)	
10:30	10:30~11:20 PilatesBarre Aya	10:30~11:30 Back&Arm Aya	10:30~11:30 Waist Mii	close	10:30~11:30 Body Balance Akane	10:30~11:20 Peach Hip (members only) Akane		
12:00	12:00~13:00 Pilates Workout (members only) Moa	12:00~13:00 Jump to Burn Mii	12:00~13:00 Basic Key		12:00~13:00 Basic Key	12:00~13:00 Hip&Leg Aya		
13:30	13:30~14:30 Basic Key	13:30~14:30 Body Balance Akane	13:30~14:30 Jump to Burn Mii		13:30~14:30 Pilates Workout (members only) Akane	13:30~14:30 Basic Key		
15:00		15:00~16:00 Basic Key	15:00~16:00 PilatesBarre Aya					
		16:30~17:20 Peach Hip (members only) Akane						
17:00								
							17:30~18:30 Advance (members only) Moa	
18:00	17:30~18:30 Jump to Burn Mii	18:00~19:00 Waist Mii				17:30~18:30 Basic Aya	17:30~18:30 Beauty Pilates Moa	
19:30	19:00~20:00 Back&Arm Akane					19:00~20:00 Waist Mii	19:00~20:00 Basic Mii	19:00~20:00 Jump to Burn Aya
21:00								

**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）