



pilates

pilates K 神戸店 Lesson Schedule

更新日2022/2/15

2022/3/1~2022/3/15

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

	3月9日(水)	3月10日(木)	3月11日(金)	3月12日(土)	3月13日(日)	3月14日(月)	3月15日(火)
10:30	10:30~11:20 Back&Arm Moa		10:30~11:30 Jump to Burn Mii	10:30~11:30 Waist Mii	10:30~11:30 Advance (members only) Moa	close	10:30~11:30 PilatesBarre Moa
12:00	12:00~13:00 Pilates Cadio Mii		12:00~13:00 Stretch&Conditioning Moa	12:00~13:00 Basic Key	12:00~13:00 Jump to Burn Mii		12:00~13:00 Hip&Leg Key
13:30	13:30~14:20 Peach Hip (members only) Moa		13:30~14:30 Waist Mii	13:30~14:30 Body Balance Akane	13:30~14:30 PilatesBarre Moa		13:30~14:30 Pilates Workout (members only) Moa
15:00				15:00~16:00 Back&Arm Key	15:00~15:20 Basic Mii		
17:00				16:30~17:30 Pilates Cadio Mii			
18:00	18:00~19:00 Release&Strength Akane	18:00~19:00 Hip&Leg Key	18:00~19:00 Shape up Waist Akane	18:00~18:50 Peach Hip (members only) Akane			18:00~19:00 Jump to Burn Mii
19:30	19:30~20:30 Basic Key	19:30~20:30 Pilates Workout (members only) Akane	19:30~20:30 Basic Key				19:30~20:30 Shape up Waist Akane
21:00	21:00~22:00 Jump to Burn Akane	21:00~22:00 Back&Arm Key	21:00~22:00 Body Balance Akane				21:00~22:00 Basic Mii

- ・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

2022/3/16~2022/3/31

	3月16日(水)	3月17日(木)	3月18日(金)	3月19日(土)	3月20日(日)	3月21日(月)	3月22日(火)	3月23日(水)			
10:30	10:30~11:30 Advance (members only)		10:30~11:30 Waist Mii	10:30~11:30 Pilates Workout (members only)	10:30~11:30 Pilates Cadio Mii	close	10:30~11:30 Jump to Burn Mii	10:30~11:20 Peach Hip (members only)			
12:00	Moa		12:00~13:00 Release&Strength Akane	12:00~13:00 Jump to Burn Mii	12:00~13:00 Basic Key		12:00~13:00 Back&Arm Key	12:00~12:50 Hip&Leg			
13:30	12:00~13:00 Basic Key		13:30~14:30 Pilates Cadio Mii	13:30~14:30 Basic Key	13:30~14:30 Waist Mii		13:30~14:30 Waist Mii	13:30~14:30 Basic Moa			
15:00	13:30~14:20 Stretch&Conditioning				15:00~16:00 Pilates Cadio Mii		15:00~16:00 Hip&Leg Key				
17:00	18:00~19:00				18:00~19:00 Basic Key		18:00~19:00 Hip&Leg Key			18:00~18:50 Basic Moa	18:00~19:00 Shape up Waist
18:00	18:00~19:00 Back&Arm Akane				18:00~19:00 Body Balance Akane		19:30~20:30 Peach Hip (members only)			19:30~20:30 Back&Arm Key	19:30~20:30 Pilates Cadio Mii
19:30	19:30~20:30 Waist Mii				19:30~20:30 Hip&Leg Key						21:00~22:00 Advance (members only)
21:00	21:00~22:00 Pilates Workout (members only) Akane		21:00~22:00 Jump to Burn Akane	21:00~21:50 Back&Arm Key	21:00~22:00 Moa						

	3月24日(木)	3月25日(金)	3月26日(土)	3月27日(日)	3月28日(月)	3月29日(火)	3月30日(水)	3月31日(木)			
10:30		10:30~11:30 Release&Strength Akane	10:30~11:30 Basic Key	10:30~11:30 Back&Arm Key	close	10:30~11:30 Waist Mii	10:30~11:30 Basic Mii				
12:00		12:00~13:00 Pilates Cadio Mii	12:00~13:00 Waist Mii	12:00~13:00 PilatesBarre Moa		12:00~13:00 Stretch&Conditioning Moa	12:00~12:50 Peach Hip (members only)				
13:30		13:30~14:30 Body Balance Akane	13:30~14:30 Advance (members only)	13:30~14:20 Basic Key		13:30~14:30 Jump to Burn Mii	13:30~14:30 Waist Mii				
15:00				15:00~16:00 Hip&Leg Key		15:00~16:00 Pilates Workout (members only) Moa					
17:00				16:30~17:30 Jump to Burn Mii							
18:00				18:00~18:50 Peach Hip (members only) Akane							18:00~19:00 Back&Arm Key
19:30				19:30~20:30 Basic Mii		19:30~20:30 Jump to Burn Mii					19:30~20:30 Basic Moa
21:00		21:00~22:00 Shape up Waist Akane	21:00~22:00 Basic Key	21:00~22:00 Back&Arm Key		21:00~22:00 PilatesBarre Akane	21:00~22:00 Pilates Cadio Mii				

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）