



pilates

pilates K 神戸店 Lesson Schedule

更新日2022/4/15

2022/5/1~2022/5/15

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

	5月9日(月)	5月10日(火)	5月11日(水)	5月12日(木)	5月13日(金)	5月14日(土)	5月15日(日)	
10:30	close	10:30~11:30 Pilates Cadio Mii	10:30~11:30 Jump to Burn Mii		10:30~11:30 Basic Key	10:30~11:30 Back&Arm Akane	10:30~11:30 Release&Strength Akane	
12:00		12:00~13:00 Pilates Barre Akane	12:00~13:00 Shape up Waist Akane		12:00~13:00 Pilates Workout (members only) Akane	12:00~13:00 Body Balance Mii	12:00~13:00 Basic Key	
13:30		13:30~14:30 Waist Mii	13:30~14:30 Body Balance Mii		13:30~14:30 Back&Spine Key	13:30~14:30 Advance (members only) Moa	13:30~14:30 Jump to Burn Akane	
15:00						15:00~16:00 Basic Akane	15:00~16:00 Hip&Leg Key	
17:00						16:30~17:30 Jump to Burn Mii		
18:00			18:00~19:00 Back&Spine Moa		18:00~19:00 Basic Key	18:00~19:00 Hip&Leg Key	18:00~19:00 Waist Moa	18:00~19:00 Stretch&Conditioning Moa
19:30			19:30~20:30 Basic Key		19:30~20:30 Pilates Cadio Moa	19:30~20:30 Waist Moa	19:30~20:30 Shape up Waist Akane	
21:00			21:00~22:00 Pilates Workout (members only) Moa		21:00~22:00 Back&Arm Key	21:00~22:00 Basic Key	21:00~22:00 Pilates Barre Moa	

- ・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

2022/5/16~2022/5/31

	5月16日(月)	5月17日(火)	5月18日(水)	5月19日(木)	5月20日(金)	5月21日(土)	5月22日(日)	5月23日(月)
10:30	close	10:30~11:30 Pilates Barre Moa	10:30~11:30 Stretch&Conditioning Moa		10:30~11:30 Shape up Waist Akane	10:30~11:30 Body Balance Akane	10:30~11:30 Hip&Leg Key	close
12:00		12:00~13:00 Basic Key	12:00~13:00 Hip&Leg Key		12:00~13:00 Back&Arm Key	12:00~13:00 Basic 未定	12:00~13:00 Pilates Workout (members only) Akane	
13:30		13:30~14:30 Advance (members only) Moa	13:30~14:30 Pilates Workout (members only) Moa		13:30~14:30 Pilates Barre Akane	13:30~14:30 Release&Strength Akane	13:30~14:30 Back&Spine Key	
15:00						15:00~16:00 Waist Mii	15:00~16:00 Basic 未定	
						16:30~17:30 Shape up Waist Akane		
17:00								
18:00		18:00~19:00 Release&Strength Akane	18:00~19:00 Jump to Burn Mii		18:00~19:00 Basic Mii	18:00~19:00 Body Balance Mii	18:00~19:00 Jump to Burn Mii	
19:30		19:30~20:30 Pilates Cadio Mii	19:30~20:30 Basic Akane		19:30~20:30 Back&Spine Key	19:30~20:30 Hip&Leg Key		
21:00	21:00~22:00 Body Balance Akane	21:00~22:00 Waist Mii	21:00~22:00 Pilates Cadio Mii	21:00~22:00 Basic Mii				

	5月24日(火)	5月25日(水)	5月26日(木)	5月27日(金)	5月28日(土)	5月29日(日)	5月30日(月)	5月31日(火)
10:30	10:30~11:30 Body Balance Mii	10:30~11:30 Waist Mii		10:30~11:30 Advance (members only) Moa	10:30~11:30 Waist Mii	10:30~11:30 Basic 未定	close	10:30~11:30 Hip&Leg Key
12:00	12:00~13:00 Shape up Waist Akane	12:00~13:00 Back&Spine Moa		12:00~13:00 Basic 未定	12:00~13:00 Pilates Barre Akane	12:00~13:00 Back&Spine Key		12:00~13:00 Pilates Workout (members only) Akane
13:30	13:30~14:30 Pilates Cadio Mii	13:30~14:30 Basic 未定		13:30~14:30 Shape up Waist Akane	13:30~14:30 Back&Arm Key	13:30~14:30 Pilates Cadio Mii		13:30~14:30 Basic 未定
15:00					15:00~16:00 Body Balance Akane	15:00~16:00 Hip&Leg Key		
					16:30~17:30 Basic 未定			
17:00								
18:00	18:00~19:00 Basic 未定	18:00~19:00 Hip&Leg Key		18:00~19:00 Release&Strength Akane	18:00~19:00 Back&Arm Key	18:00~19:00 Hip&Leg Key		18:00~19:00 Waist Mii
19:30	19:30~20:30 Back&Arm Key	19:30~20:30 Pilates Workout (members only) Moa		19:30~20:30 Body Balance Mii	19:30~20:30 Basic Akane			19:30~20:30 Advance (members only) Moa
21:00	21:00~22:00 Stretch&Conditioning Moa	21:00~22:00 Basic Key	21:00~22:00 Waist Moa	21:00~22:00 Back&Spine Key		21:00~22:00 Jump to Burn 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）