



pilates

pilates K 神戸店 Lesson Schedule

更新日2022/5/15

2022/6/1~2022/6/15

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

	6月9日(木)	6月10日(金)	6月11日(土)	6月12日(日)	6月13日(月)	6月14日(火)	6月15日(水)
10:30		10:30~11:30 Shape up Waist Akane	10:30~11:30 Advance (members only) Moa	10:30~11:30 Hip&Leg Key	close	10:30~11:30 Release&Strength Akane	10:30~11:30 Hip&Leg Key
12:00		12:00~13:00 Body Balance Mii	12:00~13:00 Release&Strength Akane	12:00~13:00 Stretch&Conditioning Moa		12:00~13:00 Basic Manami	12:00~13:00 Shape up Waist Akane
13:30		13:30~14:30 Basic Manami	13:30~14:30 Back&Arm Key	13:30~14:30 Basic Manami		13:30~14:30 Pilates Workout (members only) Akane	13:30~14:30 Back&Spine Key
15:00			15:00~16:00 Pilates Workout (members only) Akane	15:00~16:00 Pilates Cadio Moa			
			16:30~17:30 Hip&Leg Key				
17:00							
18:00	18:00~19:00 Body Balance Mii	18:00~19:00 Pilates Barre Moa	18:00~19:00 Basic Manami			18:00~19:00 Back&Arm Key	18:00~19:00 Waist Mii
19:30	19:30~20:30 Back&Spine Key	19:30~20:30 Jump to Burn Mii				19:30~20:30 Basic Mii	19:30~20:30 Pilates Barre Moa
21:00	21:00~22:00 Basic Manami	21:00~22:00 Waist Moa				21:00~22:00 Hip&Leg Key	21:00~22:00 Jump to Burn 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

2022/6/16~2022/6/30

	6月16日(木)	6月17日(金)	6月18日(土)	6月19日(日)	6月20日(月)	6月21日(火)	6月22日(水)	6月23日(木)	
10:30		10:30~11:30 Pilates Cadio Mii	10:30~11:30 Hip&Leg Key	10:30~11:30 Body Balance Akane	close	10:30~11:30 Shape up Waist Akane	10:30~11:30 Waist Moa		
12:00		12:00~13:00 Hip&Leg Key	12:00~13:00 Back&Spine Moa	12:00~13:00 Pilates Cadio Mii		12:00~13:00 Back&Arm Key	12:00~13:00 Hip&Leg Key		
13:30		13:30~14:30 Jump to Burn Mii	13:30~14:30 Waist Mii	13:30~14:30 Hip&Leg Key		13:30~14:30 Release&Strength Akane	13:30~14:30 Pilates Barre Akane		
15:00			15:00~16:00 Basic Manami	15:00~16:00 Shape up Waist Akane					
			16:30~17:30 Pilates Workout (members only) Moa	16:30~17:30 Basic Key					
17:00									
	18:00~19:00 Basic Manami	18:00~19:00 Advance (members only) Moa	18:00~19:00 Jump to Burn Mii				18:00~19:00 Waist Mii	18:00~19:00 Back&Arm Akane	18:00~19:00 Pilates Cadio Mii
	19:30~20:30 Jump to Burn Akane	19:30~20:30 Basic Manami					19:30~20:30 Pilates Barre Moa	19:30~20:30 Body Balance Mii	19:30~20:30 Stretch&Conditioning Manami
	21:00~22:00 Pilates Workout (members only) Moa	21:00~22:00 Body Balance Akane					21:00~22:00 Jump to Burn Mii	21:00~22:00 Basic Manami	21:00~22:00 Back&Spine Key

	6月24日(金)	6月25日(土)	6月26日(日)	6月27日(月)	6月28日(火)	6月29日(水)	6月30日(木)	
10:30	10:30~11:30 Pilates Workout (members only) Moa	10:30~11:30 Basic Moa	10:30~11:30 Advance (members only) Moa	close	10:30~11:30 Pilates Barre Akane	10:30~11:30 Body Balance Mii		
12:00	12:00~13:00 Basic Manami	12:00~13:00 Stretch&Conditioning Manami	12:00~13:00 Basic Manami		12:00~13:00 Jump to Burn Mii	12:00~13:00 Pilates Workout (members only) Akane		
13:30	13:30~14:30 Back&Spine Key	13:30~14:30 Body Balance Mii	13:30~14:30 Shape up Waist Key		13:30~14:30 Basic Manami	13:30~14:30 Waist Mii		
15:00		15:00~16:00 Waist Moa	15:00~16:00 Hip&Leg Moa					
		16:30~17:30 Pilates Cadio Mii						
17:00								
	18:00~19:00 Jump to Burn Akane	18:00~19:00 Back&Arm Akane				18:00~19:00 Waist Moa	18:00~19:00 Shape up Waist Key	18:00~19:00 Release&Strength Akane
	19:30~20:30 Waist Mii					19:30~20:30 Basic Manami	19:30~20:30 Basic Manami	19:30~20:30 Pilates Cadio Mii
	21:00~22:00 Pilates Barre Akane					21:00~22:00 Advance (members only) Moa	21:00~22:00 Advance (members only) Moa	21:00~22:00 Basic Akane

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）