

神戸三宮店【3月1日～3月8日スケジュール】

2025年3月19日更新

03/01	03/02	03/03	03/04	03/05	03/06	03/07	03/08
土	日	月	火	水	木	金	土
10:00-11:00 Hip Punch Moa	10:30-11:30 Pilates Workout On	close	close	close	close	close	close
11:30-12:30 Waist yuri.Y	12:00-13:00 Stretch & Conditioning yuri.Y						
13:00-14:00 Back&Spine mami	13:30-14:30 Hip Punch On						
14:30-15:30 Hip&Leg yuri.Y	15:00-16:00 Waist sora						
16:00-17:00 Pilates Barre yuri.Y	16:30-17:30 Basic 未確定						
17:30-18:30 Release&Strength mami	18:00-19:00 Hip&Leg sora						
19:00-20:00 Body Balance mami							

神戸三宮店【3月9日～3月16日スケジュール】

03/09	03/10	03/11	03/12	03/13	03/14	03/15	03/16
日	月	火	水	木	金	土	日
10:30-11:30 Basic 未確定	10:30-11:30 Hip&Leg yuri.Y	10:00-11:00 Animal Stretch sora	10:30-11:30 Jump to Burn On	10:00-11:00 Reset Flow mami	10:30-11:30 Advance On	10:00-11:00 Basic 未確定	10:30-11:30 Pilates Workout Moa
12:00-13:00 Back&Spine mami	12:00-13:00 Basic 未確定	11:30-12:30 Shape up Waist sora	12:00-13:00 Waist yuri.Y	11:30-12:30 Hip&Leg yuri.Y	12:00-13:00 Basic mami	11:30-12:30 Reset Flow mami	12:00-13:00 Stretch & Conditioning yuri.Y
13:30-14:30 Jump to Burn sora	13:30-14:30 Pilates Barre yuri.Y	13:00-14:00 Hip&Leg yuri.Y	13:30-14:30 Hip Punch On	13:00-14:00 Release&Strength mami	13:30-14:30 Power up Control On	13:00-14:00 Basic 未確定	13:30-14:30 Waist yuri.Y
15:00-16:00 Reset Flow mami		14:30-15:30 Basic sora		14:30-15:30 Waist yuri.Y		14:30-15:30 Body Balance mami	15:00-16:00 Advance On
16:30-17:30 Pilates Cardio sora						16:00-17:00 Hip&Leg yuri.Y	16:30-17:30 Basic 未確定
18:00-19:00 Waist yuri.Y						17:30-18:30 Basic 未確定	18:00-19:00 Jump to Burn On
	18:00-19:00 Advance sora	18:00-19:00 Back&Arm On	18:00-19:00 Body Balance mami	18:00-19:00 Basic 未確定	18:00-19:00 Pilates Barre sora	19:00-20:00 Shape up Waist yuri.Y	
	19:30-20:30 Back&Spine On	19:30-20:30 Release&Strength mami	19:30-20:30 Basic 未確定	19:30-20:30 Pilates Cardio sora	19:30-20:30 Waist mami		
	21:00-22:00 Shape up Waist sora	21:00-22:00 Pilates Workout On	21:00-22:00 Reset Flow mami	21:00-22:00 Basic 未確定	21:00-22:00 Animal Stretch sora		

・体験可能レッスン

・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時間前を切ったの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。

神戸三宮店【3月17日～3月24日スケジュール】

2025年3月19日更新

03/17	03/18	03/19	03/20	03/21	03/22	03/23	03/24
月	火	水	木	金	土	日	月
10:30-11:30 Basic 未確定	10:00-11:00 Back&Spine mami	10:30-11:30 Basic Toshie	10:00-11:00 Pilates Cardio mami	10:30-11:30 Release&Strength mami	10:00-11:00 Basic 未確定	10:30-11:30 Pilates Barre yuri.Y	10:30-11:30 Jump to Burn On
12:00-13:00 Hip&Leg yuri.Y	11:30-12:30 Basic 未確定	12:00-13:00 Animal Stretch mami	11:30-12:30 Basic 未確定	12:00-13:00 Reset Flow mami	11:30-12:30 Back&Arm Toshie	12:00-13:00 Basic 未確定	12:00-13:00 Release&Strength mami
13:30-14:30 Pilates Barre yuri.Y	13:00-14:00 Shape up Waist mami	13:30-14:30 Back&Arm Toshie	13:00-14:00 Body Balance mami	13:30-14:30 Basic Toshie	13:00-14:00 Power up Control On	13:30-14:30 Shape up Waist mami	13:30-14:30 Hip Punch On
	14:30-15:30 Basic 未確定		14:30-15:30 Basic 未確定		14:30-15:30 Basic 未確定	15:00-16:00 Hip&Leg yuri.Y	
			16:00-17:00 Shape up Waist yuri.Y		16:00-17:00 Waist yuri.Y	16:30-17:30 Back&Spine mami	
			17:30-18:30 Back&Arm Toshie		17:30-18:30 Advance On	18:00-19:00 Basic 未確定	
18:00-19:00 Release&Strength mami	18:00-19:00 Jump to Burn On	18:00-19:00 Basic yuri.Y	19:00-20:00 Hip&Leg yuri.Y	18:00-19:00 Power up Control On	19:00-20:00 Stretch & Conditioning yuri.Y		18:00-19:00 Back&Arm Toshie
19:30-20:30 Pilates Workout On	19:30-20:30 Back&Arm Toshie	19:30-20:30 Hip Punch On		19:30-20:30 Basic yuri.Y			19:30-20:30 Basic 未確定
21:00-22:00 Basic mami	21:00-22:00 Pilates Cardio On	21:00-22:00 Waist yuri.Y		21:00-22:00 Body Balance On			21:00-22:00 Basic Toshie

神戸三宮店【3月25日～3月28日スケジュール】

03/25	03/26	03/27	03/28	03/29	03/30	03/31
火	水	木	金	土	日	月
10:00-11:00 Waist mami	10:30-11:30 Hip&Leg yuri.Y	10:00-11:00 Back&Spine On	10:30-11:30 Hip Punch Moa	10:00-11:00 Back&Arm Toshie	10:30-11:30 Reset Flow mami	close
11:30-12:30 Pilates Cardio mami	12:00-13:00 Basic Toshie	11:30-12:30 Stretch & Conditioning On	12:00-13:00 Back&Arm On	11:30-12:30 Basic Toshie	12:00-13:00 Back&Arm Toshie	
13:30-14:00 Back&Arm Toshie	13:30-14:30 Reset Flow mami	13:00-14:00 Basic Yukiko	13:30-14:30 Basic 未確定	13:00-14:00 Waist mami	13:30-14:30 Body Balance mami	
14:30-15:30 Pilates Barre yuri.Y		14:30-15:30 Hip&Leg On		14:30-15:30 Pilates Barre yuri.Y	15:00-16:00 Waist yuri.Y	
				16:00-17:00 Back&Spine mami	16:30-17:30 Hip Punch On	
				17:30-18:30 Hip&Leg yuri.Y	18:00-19:00 Shape up Waist yuri.Y	
18:00-19:00 Basic 未確定	18:00-19:00 Release&Strength mami	18:00-19:00 Waist mami	18:00-19:00 Pilates Barre yuri.Y	19:00-20:00 Pilates Cardio mami		
19:30-20:30 Shape up Waist yuri.Y	19:30-20:30 Basic 未確定	19:30-20:30 Body Balance mami	19:30-20:30 Hip&Leg yuri.Y			
21:00-22:00 Basic 未確定	21:00-22:00 Back&Arm Toshie	21:00-22:00 Back&Arm Toshie	21:00-22:00 Advance On			

：体験可能レッスン
 今月も一緒にピラティスを楽しみましょう！
 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）