

pilatesK 西神戸店 【 05/01 ~ 05/08 】 スケジュール

2020/05/01 更新

05/01	05/02	05/03	05/04	05/05	05/06	05/07	05/08
金	土	日	月	火	水	木	金
10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning nana.m	10:30 ~ 11:30 Basic Manami.H	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Natsuho.S	close	10:30 ~ 11:30 Basic nana.m	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Manami.H	close	10:30 ~ 11:30 Waist nana.m
12:30 ~ 13:30 Hip & Leg Manami.H	12:30 ~ 13:30 Back & Arm Natsuho.S	12:30 ~ 13:30 Basic Lica.I		12:30 ~ 13:30 Hip & Leg Manami.H	12:30 ~ 13:30 Back & Arm Natsuho.S		12:30 ~ 13:30 Basic nana.m
close	14:30 ~ 15:30 Waist Manami.H	14:30 ~ 15:30 Back & Arm Natsuho.S		14:30 ~ 15:30 Stretch & Conditioning nana.m	14:30 ~ 15:30 Basic nana.m		close
	17:00 ~ 18:00 Back & Arm Natsuho.S	17:00 ~ 18:00 Stretch & Conditioning Lica.I		17:00 ~ 18:00	17:00 ~ 18:00		
	18:00 ~ 19:00 Back & Arm Natsuho.S	close		close	18:00 ~ 19:00 Waist Lica.I		
20:30 ~ 21:30 Basic Lica.I	20:30 ~ 21:30 Basic Lica.I				20:30 ~ 21:30 Back & Arm Lica.I		20:30 ~ 21:30 Back & Arm Lica.I

pilatesK 西神戸店 【 05/09 ~ 05/16 】 スケジュール

05/09	05/10	05/11	05/12	05/13	05/14	05/15	05/16		
土	日	月	火	水	木	金	土		
10:30 ~ 11:30 Back & Arm Natsuho.S	10:30 ~ 11:30 Basic Lica.I	close	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Natsuho.S	10:30 ~ 11:30 Waist Lica.I	close	10:30 ~ 11:30 Basic nana.m	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Manami.H		
12:30 ~ 13:30 Hip & Leg Lica.I	12:30 ~ 13:30 Waist Manami.H		12:30 ~ 13:30 Basic Lica.I	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg nana.m		12:30 ~ 13:30 Hip & Leg Manami.H	12:30 ~ 13:30 Back & Arm Natsuho.S		
14:30 ~ 15:30 Back & Arm Natsuho.S	14:30 ~ 15:30 Basic Lica.I		16:30 ~ 17:30 Back & Arm Natsuho.S	close		close	close	close	14:30 ~ 15:30 Basic Manami.H
close	close		17:00 ~ 18:00 Basic Lica.I						17:00 ~ 18:00 Back & Arm Natsuho.S
			close						close
20:30 ~ 21:30 Waist nana.m	20:30 ~ 21:30 Back & Arm Manami.H			20:30 ~ 21:30 Hip & Leg Manami.H		20:30 ~ 21:30 Basic Manami.H	20:30 ~ 21:30 Basic Manami.H		

・休職可能レッスン
 ・クラスの個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週間前までお問い合わせしております。
 ・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。

pilatesK 西神戸店

【 05/17 ~ 05/24 】 スケジュール

2026/05/01 更新

05/17	05/18	05/19	05/20	05/21	05/22	05/23	05/24				
日	月	火	水	木	金	土	日				
10:30 ~ 11:30 Waist nana.m	close	10:30 ~ 11:30 Basic nana.m	10:30 ~ 11:30 Hip&Leg Manami.H	close	10:30 ~ 11:30 Back&Arm Manami.H	10:30 ~ 11:30 Waist Manami.H	10:30 ~ 11:30 Basic nana.m				
12:30 ~ 13:30 Basic Manami.H		12:30 ~ 13:30 Stretch & Conditioning nana.m	12:30 ~ 13:30 Basic Manami.H		12:30 ~ 13:30 Basic Manami.H	12:30 ~ 13:30 Stretch & Conditioning Lica.I	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg Lica.I				
14:30 ~ 15:30 Stretch & Conditioning nana.m		close	close		close	close	14:30 ~ 15:30 Hip & Leg Manami.H	14:30 ~ 15:30 Basic nana.m			
16:30 ~ 17:30 Hip & Leg Manami.H							close	close	close	close	16:30 ~ 17:30 Waist Lica.I
close											close
							18:00 ~ 19:00 Back & Arm Natsuho.S	18:00 ~ 19:00 Basic nana.m	18:00 ~ 19:00 Back & Arm Natsuho.S	18:00 ~ 19:00 Basic Lica.I	
close		close	close		close	close	close	close	20:30 ~ 21:30 Back & Arm Natsuho.S		
									20:30 ~ 21:30 Back & Arm Natsuho.S	20:30 ~ 21:30 Waist nana.m	20:30 ~ 21:30 Basic nana.m

pilatesK 西神戸店

【 05/25 ~ 05/31 】 スケジュール

05/25	05/26	05/27	05/28	05/29	05/30	05/31			
月	火	水	木	金	土	日			
close	10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning Lica.I	close	close	10:30 ~ 11:30 Basic Lica.I	10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning nana.m	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Lica.I			
	12:30 ~ 13:30 Basic nana.m			12:30 ~ 13:30 Waist nana.m	12:30 ~ 13:30 Basic Manami.H	12:30 ~ 13:30 Waist Natsuho.S			
	13:30 ~ 14:30 Back & Arm Natsuho.S			14:00 ~ 15:00 Waist Natsuho.S	14:30 ~ 15:30 Back & Arm nana.m	14:30 ~ 15:30 Back & Arm Manami.H	16:30 ~ 17:30 Basic Lica.I		
	15:00 ~ 16:00 Basic Lica.I							17:00 ~ 18:00 Basic nana.m	
	17:30 ~ 18:30 Waist nana.m			18:00 ~ 19:00 Back & Arm Lica.I	18:00 ~ 19:00 Stretch & Conditioning Lica.I	18:00 ~ 19:00 Waist Manami.H			
	close						19:30 ~ 20:30 Hip & Leg nana.m		20:30 ~ 21:30 Basic Lica.I
							21:00 ~ 22:00 Basic Lica.I	20:30 ~ 21:30 Waist Lica.I	

・休職可能レッスン
 ・クラスの個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サイトまでご確認ください。
 ・ご予約されたレッスンをキャンセルされる場合は、1週間前までにお願ひしております。
 ・レッスン開始時間1時間前まで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。