

pilatesK 西神戸 【 07/01 ~ 07/08 】 スケジュール

2020/06/19 更新

07/01	07/02	07/03	07/04	07/05	07/06	07/07	07/08	
水	木	金	土	日	月	火	水	
10:30 ~ 11:30 Basic nana.m	close	10:30 ~ 11:30 Basic Risuzu.K	10:30 ~ 11:30 Back&Arm Maho.S	10:30 ~ 11:30 Basic nana.m	close	10:30 ~ 11:30 Beauty Conditioning nana.m	10:30 ~ 11:30 Waist Natsuho.S	
12:00 ~ 13:30 Waist Natsuho.S		12:00 ~ 13:00 Back&Arm Maho.S	12:00 ~ 13:00 Beauty Conditioning nana.m	12:30 ~ 13:30 Waist Natsuho.S		12:00 ~ 13:00 Basic nana.m	12:30 ~ 13:30 Hip&Leg Manami.H	
close		13:30 ~ 14:30 Basic Risuzu.K	13:30 ~ 14:30 Back&Arm Maho.S	14:30 ~ 15:30 jump to burn nana.m		close	13:30 ~ 14:30 Waist Natsuho.S	close
		close	close	15:00 ~ 16:00 Basic nana.m			16:30 ~ 17:30 Waist Natsuho.S	
				close			17:30 ~ 18:30 Hip&Leg nana.m	
							close	
18:00 ~ 19:00 Hip&Leg Manami.H		18:00 ~ 19:00 Back&Arm Maho.S	18:00 ~ 19:00 Beauty Conditioning nana.m	close		18:00 ~ 19:00 Hip&Leg Asuka.H		18:00 ~ 19:00 jump to burn nana.m
19:30 ~ 20:30 Back&Arm Maho.S		19:30 ~ 20:30 Waist Natsuho.S	19:30 ~ 20:30 Hip&Leg nana.m			close	19:30 ~ 20:30 Back&Arm Maho.S	19:30 ~ 20:30 Basic nana.m
21:00 ~ 22:00 Basic Manami.H		21:00 ~ 22:00 Hip&Leg Manami.H	21:00 ~ 22:00 Waist Natsuho.S	close			21:00 ~ 22:00 Basic Asuka.H	21:00 ~ 22:00 Back&Arm Maho.S

pilatesK 西神戸 【 07/09 ~ 07/16 】 スケジュール

07/09	07/10	07/11	07/12	07/13	07/14	07/15	07/16		
木	金	土	日	月	火	水	木		
close	10:30 ~ 11:30 jump to burn Manami.H	10:30 ~ 11:30 Basic Risuzu.K	10:30 ~ 11:30 Back&Arm Maho.S	close	10:30 ~ 11:30 Basic nana.m	10:30 ~ 11:30 Hip&Leg Asuka.H	close		
	12:00 ~ 13:00 Basic Manami.H	12:00 ~ 13:00 Waist Natsuho.S	12:30 ~ 13:30 Basic nana.m		12:00 ~ 13:00 jump to burn Manami.H	12:30 ~ 13:30 Back&Arm Maho.S			
	13:30 ~ 14:30 Back&Arm Maho.S	13:30 ~ 14:30 jump to burn nana.m	14:30 ~ 15:30 Back&Arm Maho.S		13:30 ~ 14:30 Hip&Leg nana.m				
	close	close	15:00 ~ 16:00 Back&Arm Natsuho.S		16:30 ~ 17:30 Beauty Conditioning nana.m	close		close	close
			close		17:30 ~ 18:30 Basic Risuzu.K				
					close				
	18:00 ~ 19:00 Waist Natsuho.S	18:00 ~ 19:00 Basic nana.m	close			18:00 ~ 19:00 Back&Arm Maho.S		18:00 ~ 19:00 Waist Natsuho.S	18:00 ~ 19:00 Back&Arm Maho.S
	19:30 ~ 20:30 Back&Arm Maho.S	19:30 ~ 20:30 Waist Natsuho.S			close	19:30 ~ 20:30 Basic Manami.H		19:30 ~ 20:30 Beauty Conditioning nana.m	19:30 ~ 20:30 Basic nana.m
	21:00 ~ 22:00 Waist Natsuho.S	21:00 ~ 22:00 Back&Arm Natsuho.S	close			21:00 ~ 22:00 Back&Arm Maho.S		21:00 ~ 22:00 Basic nana.m	21:00 ~ 22:00 Waist Natsuho.S

・体験可能レッスン
 ・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

【 07/17 ~ 07/24 】 スケジュール

2026/06/13 更新

07/17	07/18	07/19	07/20	07/21	07/22	07/23	07/24				
金	土	日	月	火	水	木	金				
10:30 ~ 11:30 Hip & Leg nana.m	10:30 ~ 11:30 Waist Natsuho.S	10:30 ~ 11:30 Basic Asuka.H	close	10:30 ~ 11:30 Waist Natsuho.S	10:30 ~ 11:30 Basic Manami.H	close	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Maho.S				
12:00 ~ 13:00 Back & Arm Maho.S	12:00 ~ 13:00 Basic Manami.H	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg Manami.H		12:00 ~ 13:00 Basic Asuka.H	12:30 ~ 13:30 Beauty Conditioning nana.m		12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Manami.H				
13:30 ~ 14:30 Waist Natsuho.S	13:30 ~ 14:30 Back & Arm Natsuho.S	14:30 ~ 15:30 Basic Asuka.H		13:30 ~ 14:30 Waist Natsuho.S	close		close	13:30 ~ 14:30 jump to burn Manami.H			
close	15:00 ~ 16:00 Basic Manami.H	16:30 ~ 17:30 Waist Manami.H		17:30 ~ 18:30 jump to burn Manami.H							
	18:00 ~ 19:00 Basic Manami.H	close						18:00 ~ 19:00 Basic nana.m	18:00 ~ 19:00 Back & Arm Maho.S	18:00 ~ 19:00 Waist Natsuho.S	18:00 ~ 19:00 Back & Arm Maho.S
								19:30 ~ 20:30 Waist Natsuho.S	close	19:30 ~ 20:30 Back & Arm Maho.S	19:30 ~ 20:30 Waist Natsuho.S
21:00 ~ 22:00 jump to burn Manami.H	close	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg nana.m		21:00 ~ 22:00 Back & Arm Maho.S				21:00 ~ 22:00 Back & Arm Maho.S		21:00 ~ 22:00 Waist Natsuho.S	

pilatesK 西神戸

【 07/25 ~ 07/31 】 スケジュール

07/25	07/26	07/27	07/28	07/29	07/30	07/31				
土	日	月	火	水	木	金				
10:30 ~ 11:30 Basic 未定	10:30 ~ 11:30 jump to burn nana.m	close	10:30 ~ 11:30 Basic Manami.H	10:30 ~ 11:30 Beauty Conditioning nana.m	close	10:30 ~ 11:30 Basic 未定				
12:00 ~ 13:00 Waist Manami.H	12:00 ~ 13:00 Basic 未定		12:00 ~ 13:00 Back & Arm Natsuho.S	12:30 ~ 13:30 Waist Natsuho.S		12:00 ~ 13:00 Back & Arm Maho.S				
13:30 ~ 14:30 Basic 未定	14:30 ~ 15:30 Back & Arm nana.m		13:30 ~ 14:30 jump to burn Manami.H	close		close	13:30 ~ 14:30 Basic 未定			
close	close		close				18:00 ~ 19:00 Hip & Leg nana.m	18:00 ~ 19:00 Basic 未定	18:00 ~ 19:00 Back & Arm Maho.S	18:00 ~ 19:00 jump to burn nana.m
							19:30 ~ 20:30 Basic 未定	19:30 ~ 20:30 Back & Arm Rena.M	19:30 ~ 20:30 Basic nana.m	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Manami.H
							21:00 ~ 22:00 Waist nana.m	21:00 ~ 22:00 Basic 未定	21:00 ~ 22:00 Beauty Conditioning nana.m	21:00 ~ 22:00 Back & Arm Natsuho.S

・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週間前までのキャンセルは有償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。