

スケジュール

更新

pilatesK 西宮ガーデンズ*店			【 11/25 〜 11/26 】		スケジュール
11/25	11/26	11/27	11/28	11/29	11/30
水	木	金	土	日	月
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Reset Flow	Basic 🌱	Hip Punch	Reset Flow	Beauty Conditioning 🌱	Pilates Barre
chihiro.m	Al.O	MIOKO.T	chihiro.m	Nanami.O	Nanami.O
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 13:00
Back & Spine	Beauty Conditioning 🌱	Basic 🌱	Pre Basic 🌱	jump to burn	Back & Arm 🌱
MIOKO.T	Etsuko.F	Nanami.O	Etsuko.F	Al.O	Al.O
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	13:30 ~ 14:30
Hip & Leg 🌱	jump to burn	Hip & Leg 🌱	Beauty Conditioning 🌱	Pilates Barre	Basic 🌱
MIOKO.T	Al.O	MIOKO.T	Nanami.O	Nanami.O	Nanami.O
close	close	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	close
			Hip & Leg 🌱	Basic 🌱	
			chihiro.m	Al.O	
			16:30 ~ 17:30		
			Power up Control		
			Nanami.O		
			18:00 ~ 19:00		
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		
Basic 🌱	Waist 🌱	Back & Arm 🌱	Style up Pilates		
Nanami.O	chihiro.m	Al.O	Etsuko.F		
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	close	19:30 ~ 20:30	
Shape up waist	Pre Basic 🌱	Power up Control		Waist 🌱	
Etsuko.F	Etsuko.F	Nanami.O		Al.O	
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	
jump to burn	Reset Flow	Waist 🌱		Hip Punch	
Al.O	chihiro.m	Al.O	MIOKO.T		

※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。