



pilates

pilates K 広島店 Lesson Schedule

更新日2021/9/17

2021/9/1~2021/9/15

| | 9月1日(水) | 9月2日(木) | 9月3日(金) | 9月4日(土) | 9月5日(日) | 9月6日(月) | 9月7日(火) | 9月8日(水) | |
|-------|--|--|--|--|---|--------------|--|---|--------------------------------------|
| 10:30 | 10:30~11:30 Advance (members only) Mei | | 10:30~11:30 Basic Jyuli | 10:30~11:30 Waist Jyuli | 10:30~11:30 Beauty Pilates Mei | close | 10:30~11:30 Release&Strength Suzuka | 10:30~11:30 Basic On | |
| 12:00 | 12:00~13:00 Basic Jyuli | | 12:00~13:00 Beauty Pilates Suzuka | 12:00~13:00 Hip&Leg Mei | 12:00~13:00 Basic Suzuka | | 12:00~13:00 Basic Mei | 12:00~13:00 Jump to Burn Mei | |
| 13:30 | 13:30~14:30 Release&Strength Mei | | | | 13:30~14:30 Basic On | | 13:30~14:30 Hip&Leg Jyuli | 13:30~14:30 Waist Suzuka | |
| 15:00 | | | | 15:00~16:00 Basic On | 15:00~16:00 Jump to Burn Mei | | 15:00~16:00 Waist Mei | | 15:00~16:00 Waist Jyuli |
| 15:30 | | | | | | | | | |
| 16:30 | 16:30~17:30 Waist Jyuli | 16:30~17:30 Basic On | 16:30~17:30 Hip&Leg Suzuka | 17:30~18:30 Basic Jyuli | | | 16:30~17:30 Jump to Burn Mei | 16:30~17:30 Basic On | |
| 17:00 | 18:00~19:00 Basic On | 18:00~19:00 Back&Arm Suzuka | 18:00~19:00 Stretch&Conditioning On | | | | 18:00~19:00 Basic On | 18:00~19:00 Back&Arm Jyuli | |
| 18:30 | | | | | | | | | |
| 20:00 | | | | | | | | | |

| | 9月9日(木) | 9月10日(金) | 9月11日(土) | 9月12日(日) | 9月13日(月) | 9月14日(火) | 9月15日(水) |
|-------|--|--|--|--|--------------|--|---|
| 10:30 | | 10:30~11:30 Hip&Leg Suzuka | 10:30~11:30 Basic Mei | 10:30~11:30 Stretch&Conditioning On | close | 10:30~11:30 Basic Jyuli | 10:30~11:30 Waist Suzuka |
| 12:00 | | 12:00~13:00 Stretch&Conditioning On | 12:00~13:00 Release&Strength Suzuka | 12:00~13:00 Jump to Burn Mei | | 12:00~13:00 Back&Arm Suzuka | 12:00~13:00 Basic Jyuli |
| 13:30 | | 13:30~14:30 Basic Suzuka | 13:30~14:30 Waist Mei | 13:30~14:30 Basic Jyuli | | | 13:30~14:30 Hip&Leg Suzuka |
| 15:00 | | | 15:00~16:00 Basic On | 15:00~16:00 Back&Arm Mei | | | |
| 15:30 | | | | | | 15:30~16:30 Stretch&Conditioning On | |
| 16:30 | 16:30~17:30 Hip&Leg Jyuli | 16:30~17:30 Basic Jyuli | 17:30~18:45 Beauty Pilates Suzuka | | | 17:00~18:00 Basic On | 17:00~18:00 Release&Strength Mei |
| 17:00 | 18:00~19:00 Beauty Pilates Suzuka | 18:00~19:00 Advance (members only) Mei | | | | 18:30~19:30 Hip&Leg Suzuka | 18:30~19:30 Basic Jyuli |
| 18:30 | | | | | | | |
| 19:00 | | | | | | | |

- ・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 広島店 Lesson Schedule

2021/9/16～2021/9/30

| | 9月16日(木) | 9月17日(金) | 9月18日(土) | 9月19日(日) | 9月20日(月) | 9月21日(火) | 9月22日(水) | 9月23日(木) |
|-------|--------------------------------|--------------------------------------|---|--------------------------------------|----------|---|---|---|
| 10:30 | | 10:30～11:30 Basic Suzuka | 10:30～11:30 Hip&Leg Jyuli | 10:30～11:30 Basic On | close | 10:30～11:30 Beauty Pilates Mei | 10:30～11:30 Basic On | 10:30～11:30 Waist Mei |
| 12:00 | | 12:00～13:00 Back&Arm Jyuli | 12:00～13:00 Basic Mei | 12:00～13:00 Waist Mei | | 12:00～13:00 Basic On | 12:00～13:00 Hip&Leg Jyuli | 12:00～13:00 Basic Jyuli |
| 13:30 | | 15:30～16:30 Jump to Burn Mei | 13:30～14:30 Advance (members only) Mei | 13:30～14:30 Back&Arm Jyuli | | 13:30～14:30 Advance (members only) Mei | 15:30～16:30 Beauty Pilates Suzuka | 13:30～14:30 Stretch&Conditioning Suzuka |
| 15:00 | | | 15:00～16:00 Stretch&Conditioning Suzuka | 15:00～16:15 Beauty Pilates Mei | | 15:00～16:00 Hip&Leg Jyuli | | |
| 15:30 | | | 17:00～18:00 Basic On | 17:30～18:30 Back&Arm Jyuli | | 17:00～18:00 Waist Jyuli | | 17:00～18:00 Basic Jyuli |
| 17:00 | 17:00～18:00 Basic On | 17:00～18:00 Beauty Pilates Mei | | | | 18:30～19:30 Release&Strength Suzuka | 18:30～19:30 Back&Arm Suzuka | |
| 18:30 | 18:30～19:30 Waist Suzuka | 18:30～19:30 Basic On | | | | | | |
| 19:00 | | | | | | | | |

| | 9月24日(金) | 9月25日(土) | 9月26日(日) | 9月27日(月) | 9月28日(火) | 9月29日(水) | 9月30日(木) |
|-------|-----------------------------------|---|---|----------|---|---|----------------------------------|
| 10:30 | 10:30～11:30 Back&Arm Mei | 10:30～11:30 Basic On | 10:30～11:30 Back&Arm Jyuli | close | 10:30～11:30 Basic On | 10:30～11:30 Waist Suzuka | |
| 12:00 | 12:00～13:00 Jump to Burn 未定 | 12:00～13:00 Beauty Pilates Mei | 12:00～13:00 Hip&Leg Suzuka | | 12:00～13:00 Release&Strength Suzuka | 12:00～13:00 Hip&Leg Jyuli | |
| 13:30 | 13:30～14:30 Basic Mei | 13:30～14:30 Jump to Burn 未定 | 13:30～14:30 Release&Strength Suzuka | | | 13:30～14:30 Basic Suzuka | |
| 15:00 | | 15:00～16:00 Waist Mei | 15:00～16:00 Basic On | | | | |
| 15:30 | | | | | 15:30～16:30 Hip&Leg Jyuli | | |
| 17:00 | 17:00～18:00 Hip&Leg Suzuka | 17:30～18:30 Stretch&Conditioning On | | | 17:00～18:00 Back&Arm Suzuka | 17:00～18:00 Stretch&Conditioning On | 17:00～18:00 Basic On |
| 18:30 | 18:30～19:30 Basic On | | | | 18:30～19:30 Basic Jyuli | 18:30～19:30 Jump to Burn 未定 | 18:30～19:30 Hip&Leg Suzuka |
| 19:00 | | | | | | | |

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）