



pilates

pilates K 広島店 Lesson Schedule

更新日2022/3/15

2022/4/1~2022/4/15

	4月1日(金)	4月2日(土)	4月3日(日)	4月4日(月)	4月5日(火)	4月6日(水)	4月7日(木)	4月8日(金)	
10:30	10:30~11:30 Basic Jyuli	10:30~11:30 Back&Arm Suzuka	10:30~11:30 Basic Mei	close	10:30~11:30 Basic Mei	10:30~11:30 Body Balance Suzuka		10:30~11:30 Back&Arm Jyuli	
12:00	12:00~13:00 Stretch&Conditioning Suzuka	12:00~13:00 Waist Mei	12:00~13:00 Jump to Burn Jyuli		12:00~13:00 Pilates Barre Jyuli	12:00~13:00 Basic Jyuli			12:00~13:00 Shape up Waist Mei
13:30		13:30~14:30 Pilates Cardio Jyuli	13:30~14:30 Release&Strength Mei		13:30~14:30 Jump to Burn Mei				13:30~14:30 Basic Jyuli
15:00		15:00~16:00 Basic Suzuka	15:00~16:00 Pilates Barre Jyuli						
16:00									
16:30									
17:00	17:00~18:00 Waist On	17:30~18:30 Hip&Leg Jyuli			18:30~19:30 Pilates Workout (members only) Jyuli	17:00~18:00 Release&Strength Mei			
18:30	18:30~19:30 Basic Suzuka				20:00~21:00 Advance (members only) Mei	18:30~19:30 Basic Suzuka		18:30~19:30 Waist Suzuka	18:30~19:30 Hip&Leg Mei
20:00	20:00~21:00 Pilates Cardio On				20:00~21:00 Basic Suzuka	20:00~21:00 Basic Jyuli		20:00~21:00 Basic Jyuli	20:00~21:00 Stretch&Conditioning On

	4月9日(土)	4月10日(日)	4月11日(月)	4月12日(火)	4月13日(水)	4月14日(木)	4月15日(金)		
10:30	10:30~11:30 Body Balance Mei	10:30~11:30 Waist On	close	10:30~11:30 Pilates Cardio Jyuli	10:30~11:30 Release&Strength Jyuli		10:30~11:30 Basic Suzuka		
12:00	12:00~13:00 Back&Arm Suzuka	12:00~13:00 Hip&Leg Jyuli		12:00~13:00 Back&Arm Mei	12:00~13:00 Waist Suzuka		12:00~13:00 Pilates Workout (members only) Jyuli		
13:30	13:30~14:30 Stretch&Conditioning On	13:30~14:30 Basic Suzuka		13:30~14:30 Basic Jyuli					
15:00	15:00~16:00 Shape up Waist Suzuka	15:00~16:00 Advance (members only) Mei							
16:00									
16:30									
17:00	17:30~18:30 Basic On			17:00~18:00 Basic On	18:30~19:30 Release&Strength Suzuka		18:30~19:30 Pilates Cardio On	18:30~19:30 Body Balance Suzuka	18:30~19:30 Jump to Burn Mei
18:30				20:00~21:00 Hip&Leg On	20:00~21:00 Back&Arm Mei		20:00~21:00 Pilates Barre Jyuli	20:00~21:00 Basic On	
20:00									

- ・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

2022/4/16~2022/4/30

	4月16日(土)	4月17日(日)	4月18日(月)	4月19日(火)	4月20日(水)	4月21日(木)	4月22日(金)	4月23日(土)							
10:30	10:30~11:30 Pilates Workout (members only) Mei	10:30~11:30 Basic On	close	10:30~11:30 Shape up Waist Suzuka	10:30~11:30 Basic Jyuli		10:30~11:30 Jump to Burn Mei	10:30~11:30 Hip&Leg On							
12:00	12:00~13:00 Basic On	12:00~13:00 Back&Arm Jyuli		12:00~13:00 Basic Jyuli	12:00~13:00 Back&Spine Suzuka		12:00~13:00 Basic On	12:00~13:00 Basic On	12:00~13:00 Pilates Cardio Jyuli						
13:30	13:30~14:30 Hip&Leg Suzuka	13:30~14:30 Shape up Waist Suzuka		13:30~14:30 Release&Strength Suzuka				13:30~14:30 Advance (members only) Mei	13:30~14:30 Basic On						
15:00	15:00~16:00 Waist Mei	15:00~16:00 Hip&Leg On									15:00~16:00 Jump to Burn Jyuli				
16:00															
16:30															
17:00	17:30~18:30 Pilates Barre On											17:00~18:00 Basic Mei	17:00~18:00 Hip&Leg On		17:30~18:30 Body Balance Suzuka
18:30											18:30~19:30 Basic Jyuli	18:30~19:30 Pilates Barre Mei	18:30~19:30 Shape up Waist Mei	18:30~19:30 Back & Spine Suzuka	
20:00											20:00~21:00 Jump to Burn Mei	20:00~21:00 Waist On	20:00~21:00 Basic On	20:00~21:00 Release&Strength Jyuli	

	4月24日(日)	4月25日(月)	4月26日(火)	4月27日(水)	4月28日(木)	4月29日(金)	4月30日(土)				
10:30	10:30~11:30 Back & Arm Jyuli	close	10:30~11:30 Back & Spine On	10:30~11:30 Waist On		10:30~11:30 Pilates Cardio Jyuli	10:30~11:30 Basic Jyuli				
12:00	12:00~13:00 Pilates Workout (members only) Mei		12:00~13:00 Hip&Leg Suzuka	12:00~13:00 Basic Suzuka		12:00~13:00 Basic Suzuka	12:00~13:00 Release&Strength Suzuka	12:00~13:00 Stretch&Conditioning Suzuka			
13:30	13:30~14:30 Back & Spine On					13:30~14:30 Pilates Cardio On		13:30~14:30 Jump to Burn Mei	13:30~14:30 Body Balance Mei		
15:00	15:00~16:00 Basic Suzuka					15:00~16:00 Basic Suzuka		15:00~16:00 Basic Suzuka	15:00~16:00 Basic Suzuka	15:00~16:00 Hip&Leg On	
16:00											
16:30											
17:00						17:00~18:00 Waist Jyuli		17:00~18:00 Jump to Burn Mei	17:00~18:00 Jump to Burn Mei	17:30~18:30 Advance (members only) Mei	17:30~18:30 Back & Spine Suzuka
18:30						18:30~19:30 Pilates Cardio On		18:30~19:30 Hip&Leg Jyuli	18:30~19:30 Basic On		
20:00						20:00~21:00 Basic Jyuli		20:00~21:00 Shape up Waist Mei	20:00~21:00 Body Balance Mei		

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)