



pilates

pilates K 広島店 Lesson Schedule

更新日2022/5/8

2022/5/1~2022/5/15

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

	5月9日(月)	5月10日(火)	5月11日(水)	5月12日(木)	5月13日(金)	5月14日(土)	5月15日(日)
10:30	close	10:30~11:30 Body Balance Suzuka	10:30~11:30 Hip&Leg On		10:30~11:30 Release&Strength Jyuli	10:30~11:30 Basic Mei	10:30~11:30 Waist On
12:00		12:00~13:00 Stretch&Conditioning On	12:00~13:00 Advance (members only)		12:00~13:00 Basic Mei	12:00~13:00 Release&Strength Mei	12:00~13:00 Hip&Leg Suzuka
13:30		13:30~14:30 Basic Suzuka	Mei		13:30~14:30 Jump to Burn Jyuli	13:30~14:30 Back&Arm Suzuka	13:30~14:30 Pilates Workout (members only)
15:00						15:00~16:00 Jump to Burn Mei	Jyuli
16:00							15:00~16:00 Basic On
16:30							
17:00				17:00~18:00 Basic Jyuli			17:30~18:30 Waist Suzuka
18:30			18:30~19:30 Basic Mei	18:30~19:30 Back & Spine Suzuka	18:30~19:30 Pilates Cardio Jyuli	18:30~19:30 Shape up Waist Mei	
20:00			20:00~21:00 Hip&Leg Mei	20:00~21:00 Waist Jyuli	20:00~21:00 Basic Mei	20:00~21:00 Body Balance Suzuka	

- ・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

2022/5/16～2022/5/31

	5月16日(月)	5月17日(火)	5月18日(水)	5月19日(木)	5月20日(金)	5月21日(土)	5月22日(日)	5月23日(月)
10:30	close	10:30～11:30 Back&Arm Jyuli	10:30～11:30 Basic 未定		10:30～11:30 Advance (members only) Mei	10:30～11:30 Back&Arm Jyuli	10:30～11:30 Basic 未定	close
12:00		12:00～13:00 Shape up Waist Suzuka	12:00～13:00 Hip&Leg Mei		12:00～13:00 Stretch&Conditioning Suzuka	12:00～13:00 Back&Spine On	12:00～13:00 Jump to Burn Mei	
13:30		13:30～14:30 Back&Arm Suzuka	13:30～14:30 Pilates Cardio On		15:00～16:00 Hip&Leg On	15:00～16:00 Waist Mei		
15:00								
16:00								
16:30								
17:00		17:00～18:00 Release&Strength Mei	17:00～18:00 Pilates Workout (members only) Jyuli		17:00～18:00 Basic 未定	17:30～18:30 Basic On		
18:30		18:30～19:30 Body Balance Mei	18:30～19:30 Stretch&Conditioning On		18:30～19:30 Basic On	18:30～19:30 Hip&Leg Jyuli		
20:00		20:00～21:00 Basic 未定	20:00～21:00 Jump to Burn Jyuli		20:00～21:00 Release&Strength Suzuka	20:00～21:00 Shape up Waist Suzuka		

	5月24日(火)	5月25日(水)	5月26日(木)	5月27日(金)	5月28日(土)	5月29日(日)	5月30日(月)	5月31日(火)
10:30	10:30～11:30 Release&Strength Suzuka	10:30～11:30 Pilates Workout (members only) Mei		10:30～11:30 Stretch&Conditioning On	10:30～11:30 Hip&Leg On	10:30～11:30 Pilates Cardio On	close	10:30～11:30 Basic 未定
12:00	12:00～13:00 Basic 未定	12:00～13:00 Pilates Barre Jyuli		12:00～13:00 Shape up Waist Suzuka	12:00～13:00 Jump to Burn Jyuli	12:00～13:00 Hip&Leg Mei		12:00～13:00 Back&Spine On
13:30	13:30～14:30 Hip&Leg Suzuka	13:30～14:30 Basic On		13:30～14:30 Back&Spine On	13:30～14:30 Basic 未定	15:00～16:00 Release&Strength Mei		
15:00								
16:00								
16:30								
17:00	17:00～18:00 Hip&Leg Suzuka	17:00～18:00 Basic On		17:30～18:30 Pilates Barre Mei	17:00～18:00 Body Balance Mei			
18:30	18:30～19:30 Back&Arm Jyuli	18:30～19:30 Waist On		18:30～19:30 Jump to Burn Jyuli	18:30～19:30 Back&Arm Mei	18:30～19:30 Basic Mei		
20:00	20:00～21:00 Advance (members only) Mei	20:00～21:00 Basic 未定		20:00～21:00 Back & Spine Suzuka	20:00～21:00 Pilates Cardio Jyuli	20:00～21:00 Pilates Cardio Jyuli		

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）