



pilates

# pilates K 広島店 Lesson Schedule

更新日2022/7/15

2022/8/1~2022/8/15

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

	8月9日(火)	8月10日(水)	8月11日(木)	8月12日(金)	8月13日(土)	8月14日(日)	8月15日(月)
10:30	close	10:30~11:30 Advance (members only) Mei	10:30~11:30 Pilates Cardio Jyuli	10:30~11:30 Basic Jyuli	10:30~11:30 Body Balance Mei	10:30~11:30 Back&Arm Mei	close
12:00		12:00~13:00 Basic Marin	12:00~13:00 Waist Mei	12:00~13:00 Back & Spine On	12:00~13:00 Basic Marin	12:00~13:00 Pilates Cardio On	
13:30			13:30~14:30 Basic Jyuli	13:30~14:30 Pilates Workout (members only) Jyuli	13:30~14:30 Hip&Leg On	13:30~14:30 Pilates Barre Mei	
15:00			15:00~16:00 Shape up Waist (members only) Mei		15:00~16:00 Release&Strength Mei	15:00~16:00 Basic On	
16:00							
16:30							
17:00			17:00~18:00 Jump to Burn Jyuli	17:00~18:00 Release&Strength Mei		17:30~18:30 Pilates Cardio On	
18:30			18:30~19:30 Back&Arm Jyuli		18:30~19:30 Waist On		
20:00			20:00~21:00 Hip&Leg On		20:00~21:00 Basic Marin		

- ・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

2022/8/16~2022/8/31

	8月16日(火)	8月17日(水)	8月18日(木)	8月19日(金)	8月20日(土)	8月21日(日)	8月22日(月)	8月23日(火)			
10:30	10:30~11:30 Back&Spine On	10:30~11:30 Basic Mei		10:30~11:30 Shape up Waist (members only) Mei	10:30~11:30 Back&Spine On	10:30~11:30 Jump to Burn Mei	close	10:30~11:30 Release&Strength Mei			
12:00	12:00~13:00 Pilates Cardio On	12:00~13:00 Back&Arm 未定		12:00~13:00 Basic Marin	12:00~13:00 Release&Strength Mei	12:00~13:00 Basic Marin		12:00~13:00 Basic Marin	12:00~13:00 Hip&Leg Mei		
13:30		13:30~14:30 Advance (members only) Mei		17:00~18:00 Pilates Workout (members only) On	17:00~18:00 Body Balance Mei	13:30~14:30 Waist Mei		13:30~14:30 Body Balance Mei	13:30~14:30 Basic Marin		
15:00		17:00~18:00 Basic Marin				18:30~19:30 Pilates Cardio On		15:00~16:00 Shape up Waist (members only) 未定	15:00~16:00 Back&Arm 未定	18:30~19:30 Basic Marin	
16:00								17:00~18:00 Basic Marin	18:30~19:30 Pilates Cardio On		17:30~18:30 Basic Mei
16:30											
17:00	17:00~18:00 Basic Marin	18:30~19:30 Pilates Cardio On		18:30~19:30 Basic Marin	18:30~19:30 Hip&Leg On	17:30~18:30 Basic Mei		18:30~19:30 Basic Marin	18:30~19:30 Basic Marin		
18:30	18:30~19:30 Shape up Waist (members only) Mei	18:30~19:30 Pilates Cardio On		18:30~19:30 Basic Marin	18:30~19:30 Hip&Leg On	17:30~18:30 Basic Mei		18:30~19:30 Basic Marin	18:30~19:30 Basic Marin		
20:00	20:00~21:00 Stretch&Conditioning Marin	20:00~21:00 Basic Marin		20:00~21:00 Waist On	20:00~21:00 Back&Spine On			20:00~21:00 Pilates Cardio On	20:00~21:00 Pilates Cardio On		

	8月24日(水)	8月25日(木)	8月26日(金)	8月27日(土)	8月28日(日)	8月29日(月)	8月30日(火)	8月31日(水)					
10:30	10:30~11:30 Body Balance Mei		10:30~11:30 Waist Mei	10:30~11:30 Basic Marin	10:30~11:30 Pilates Workout (members only) On	close	10:30~11:30 Stretch&Conditioning Marin	10:30~11:30 Hip&Leg On					
12:00	12:00~13:00 Basic Marin		12:00~13:00 Back&Arm 未定	12:00~13:00 Pilates Barre On	12:00~13:00 Pilates Barre On		12:00~13:00 Jump to Burn Mei	12:00~13:00 Waist Mei	12:00~13:00 Shape up Waist (members only) 未定				
13:30			17:00~18:00 Advance (members only) Mei	13:30~14:30 Jump to Burn Mei	13:30~14:30 Back&Arm 未定		13:30~14:30 Basic Marin	17:00~18:00 Back&Arm 未定	18:30~19:30 Release&Strength Mei	13:30~14:30 Basic Marin			
15:00				17:00~18:00 Hip&Leg On	18:30~19:30 Pilates Barre Mei		15:00~16:00 Basic Marin			15:00~16:00 Stretch&Conditioning On	18:30~19:30 Basic Marin		
16:00							17:00~18:00 Hip&Leg On			18:30~19:30 Pilates Barre Mei		17:30~18:30 Hip&Leg On	18:30~19:30 Basic Marin
16:30												18:30~19:30 Back&Spine On	
17:00	17:00~18:00 Hip&Leg On		18:30~19:30 Pilates Barre Mei	18:30~19:30 Basic On	18:30~19:30 Basic On		17:30~18:30 Hip&Leg On	17:00~18:00 Back&Arm 未定	18:30~19:30 Basic Marin				
18:30	18:30~19:30 Back&Spine On		18:30~19:30 Pilates Barre Mei	18:30~19:30 Basic On	18:30~19:30 Basic On		17:30~18:30 Hip&Leg On	18:30~19:30 Release&Strength Mei	18:30~19:30 Basic Marin				
20:00	20:00~21:00 Back&Arm 未定		20:00~21:00 Basic Marin	20:00~21:00 Hip&Leg On	20:00~21:00 Hip&Leg On		20:00~21:00 Stretch&Conditioning On	20:00~21:00 Basic Mei	20:00~21:00 Jump to Burn 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)