



pilates

pilates K 広島店 Lesson Schedule

更新日2022/9/15

2022/10/1~2022/10/15

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

	10月9日(日)	10月10日(月)	10月11日(火)	10月12日(水)	10月13日(木)	10月14日(金)	10月15日(土)											
10:30	10:30~11:30 Stretch&Conditioning On	close	10:30~11:30 Basic Marin	10:30~11:30 Pilates Workout (members only) On		10:30~11:30 Basic emma	10:30~11:30 Pilates Cardio On											
12:00	12:00~13:00 Basic emma		12:00~13:00 Back&Arm emma	12:00~13:00 Basic emma		12:00~13:00 Jumping Core Work (members only) Mei	12:00~13:00 Basic Marin											
13:30	13:30~14:30 Pilates Workout (members only) On		13:30~14:30 Waist On					13:30~14:30 Back&Arm emma										
15:00	15:00~16:00 Back&Arm Marin										15:00~16:00 Back & Spine On							
17:00															17:30~18:30 Basic emma			
18:00															17:00~18:00 Pilates Barre On	17:00~18:00 Back & Spine On	17:00~18:00 Back&Arm Marin	
19:30															18:30~19:30 Basic Marin	18:30~19:30 Body Balance Mei	18:30~19:30 Basic Mei	18:30~19:30 Waist Mei
20:00															20:00~21:00 Shape up Waist (members only) On	20:00~21:00 Stretch&Conditioning Marin	20:00~21:00 Advance (members only) Mei	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

2022/10/16～2022/10/31

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

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

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）