



pilates

pilates K 広島店 Lesson Schedule

更新日2022/11/17

2022/11/1~2022/11/15

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

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

- ・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

2022/11/16～2022/11/30

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

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

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）