



pilates

pilates K 広島店 Lesson Schedule

更新日2023/2/22

2023/2/1~2023/2/15

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

	2月9日(木)	2月10日(金)	2月11日(土)	2月12日(日)	2月13日(月)	2月14日(火)	2月15日(水)
10:30		10:30~11:30 Waist emma	10:30~11:30 Basic Marin	10:30~11:30 Shape up Waist (members only) On	close	10:30~11:30 Basic Marin	10:30~11:30 Hip Punch (members only) Mei
12:00		12:00~13:00 Basic emma	12:00~13:00 Jump to Burn emma	12:00~13:00 Body Balance Mei		12:00~13:00 Jumping Core Work (members only) Mei	12:00~13:00 Back & Spine On
13:30		13:30~14:30 Pilates Workout (members only) On	13:30~14:30 Hip&Leg Marin	13:30~14:30 Basic Marin			13:30~14:30 Waist On
15:00			15:00~16:00 Back&Arm emma	15:00~16:00 Release&Strength Mei			
17:00			17:30~18:30 Pilates Workout (members only) Mei				
18:00	17:00~18:00 Hip Punch (members only) On					17:00~18:00 Basic On	
19:30	18:30~19:30 Basic Mei	18:30~19:30 Release&Strength On				18:30~19:30 Pilates Cardio On	18:30~19:30 Basic Marin
21:00	20:00~21:00 Waist Mei	20:00~21:00 Basic Marin				20:00~21:00 Back&Arm Mei	20:00~21:00 Jump to Burn 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

2023/2/16~2023/2/28

	2月16日(木)	2月17日(金)	2月18日(土)	2月19日(日)	2月20日(月)	2月21日(火)	2月22日(水)	2月23日(木)	
10:30		10:30~11:30 Hip&Leg On	10:30~11:30 Back&Arm emma	10:30~11:30 Basic Marin	close	10:30~11:30 Body Balance Mei	10:30~11:30 Back&Arm Mei	10:30~11:30 Basic On	
12:00		12:00~13:00 Advance (members only) Mei	12:00~13:00 Stretch&Conditioning Marin	12:00~13:00 Back & Spine On		12:00~13:00 Basic On	12:00~13:00 Shape up Waist (members only) emma	12:00~13:00 Body Balance Mei	
13:30			13:30~14:30 Hip Punch (members only) On	13:30~14:30 Waist On		13:30~14:30 Jumping Core Work (members only) Mei		13:30~14:30 Advance (members only) Mei	
15:00			15:00~16:00 Basic emma	15:00~16:00 Pilates Workout (members only) Mei				15:00~16:00 Pilates Barre On	
17:00			17:30~18:30 Release&Strength On						17:30~18:30 Hip&Leg Marin
18:00	17:00~18:00 Hip&Leg Marin	17:00~18:00 Waist emma					17:00~18:00 Stretch&Conditioning On		
19:30	18:30~19:30 Body Balance emma	18:30~19:30 Basic emma					18:30~19:30 Back & Spine On	18:30~19:30 Pilates Cardio Marin	
21:00	20:00~21:00 Basic Marin	20:00~21:00 Pilates Barre Mei					20:00~21:00 Hip&Leg Marin	20:00~21:00 Basic On	

	2月24日(金)	2月25日(土)	2月26日(日)	2月27日(月)	2月28日(火)
10:30	10:30~11:30 Back & Spine On	10:30~11:30 Release&Strength Mei	10:30~11:30 Stretch&Conditioning Marin	close	10:30~11:30 Basic emma
12:00	12:00~13:00 Jump to Burn Mei	12:00~13:00 Basic Marin	12:00~13:00 Body Balance Mei		12:00~13:00 Pilates Cardio Marin
13:30	13:30~14:30 Basic On	13:30~14:30 Waist emma	13:30~14:30 Shape up Waist (members only) emma		
15:00		15:00~16:00 Jumping Core Work (members only) Mei	15:00~16:00 Basic Marin		
17:00		17:30~18:30 Basic emma			
18:00					17:00~18:00 Release&Strength Mei
	18:30~19:30 Pilates Workout (members only) Mei				18:30~19:30 Basic Marin
19:30					20:00~21:00 Jumping Core Work (members only) Mei
21:00	20:00~21:00 Basic emma				

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)