



pilates K 広島店 Lesson Schedule

更新日2023/2/15

2023/3/1~2023/3/15

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

	3月9日(木)	3月10日(金)	3月11日(土)	3月12日(日)	3月13日(月)	3月14日(火)	3月15日(水)
10:30		10:30~11:30 Hip Punch (members only) Mei	10:30~11:30 Basic emma	10:30~11:30 Waist On	close	10:30~11:30 Basic Marin	10:30~11:30 Jump to Burn emma
12:00		12:00~13:00 Basic emma	12:00~13:00 Hip&Leg Marin	12:00~13:00 Basic Marin		12:00~13:00 Release&Strength On	12:00~13:00 Hip&Leg Marin
13:30		13:30~14:30 Pilates Barre Mei	13:30~14:30 Stretch&Conditioning On	13:30~14:30 Pilates Workout (members only) On			13:30~14:30 Basic Marin
15:00			15:00~16:00 Shape up Waist (members only) emma	15:00~16:00 Hip&Leg Marin			
17:00			17:30~18:30 Body Balance On				
18:00	17:00~18:00 Shape up Waist (members only) emma					17:00~18:00 Hip&Leg On	18:30~19:30 Pilates Workout (members only) On
19:30	18:30~19:30 Basic emma	18:30~19:30 Back & Spine On				18:30~19:30 Basic emma	
21:00	20:00~21:00 Hip&Leg Mei	20:00~21:00 Back&Arm Marin				20:00~21:00 Body Balance emma	20:00~21:00 Basic emma

- ・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

2023/3/16~2023/3/31

	3月16日(木)	3月17日(金)	3月18日(土)	3月19日(日)	3月20日(月)	3月21日(火)	3月22日(水)	3月23日(木)
10:30		10:30~11:30 Basic emma	10:30~11:30 Pilates Barre Mei	10:30~11:30 Shape up Waist (members only) Mei	close	10:30~11:30 Release&Strength On	10:30~11:30 Back & Spine emma	
12:00		12:00~13:00 Pilates Cardio Marin	12:00~13:00 Basic Marin	12:00~13:00 Hip&Leg Marin		12:00~13:00 Basic emma	12:00~13:00 Shape up Waist (members only) On	
13:30			13:30~14:30 Jump to Burn emma	13:30~14:30 Basic Mei		13:30~14:30 Hip Punch (members only) On		
15:00			15:00~16:00 Back&Arm Mei	15:00~16:00 Body Balance emma		15:00~16:00 Waist emma		
17:00								
17:00		17:00~18:00 Advance (members only) Mei	17:30~18:30 Basic emma			17:30~18:30 Body Balance On		17:00~18:00 Pilates Workout (members only) Mei
18:00	17:00~18:00 Basic On						17:00~18:00 Back&Arm Mei	
19:30	18:30~19:30 Waist Mei	18:30~19:30 Basic Marin					18:30~19:30 Basic Mei	18:30~19:30 Hip&Leg Marin
21:00	20:00~21:00 Back & Spine On	20:00~21:00 Release&Strength Mei					20:00~21:00 Pilates Cardio Marin	20:00~21:00 Basic Mei

	3月24日(金)	3月25日(土)	3月26日(日)	3月27日(月)	3月28日(火)	3月29日(水)	3月30日(木)	3月31日(金)	
10:30	10:30~11:30 Hip&Leg Mei	10:30~11:30 Basic emma	10:30~11:30 Hip Punch (members only) Mei	close	10:30~11:30 Stretch&Conditioning Marin	10:30~11:30 Body Balance On		10:30~11:30 Basic Marin	
12:00	12:00~13:00 Basic emma	12:00~13:00 Body Balance Mei	12:00~13:00 Basic Marin		12:00~13:00 Hip Punch (members only) On	12:00~13:00 Basic Mei		12:00~13:00 Back & Spine emma	
13:30	13:30~14:30 Advance (members only) Mei	13:30~14:30 Waist emma	13:30~14:30 Back&Arm Mei		13:30~14:30 Basic Marin	13:30~14:30 Hip&Leg On		13:30~14:30 Waist emma	
15:00		Stretch&Conditioning Marin	15:00~16:00 Pilates Cardio Marin						
17:00		17:30~18:30 Pilates Workout (members only) Mei					17:00~18:00		
18:00	17:00~18:00 Basic Marin					17:00~18:00 Back & Spine emma	Stretch&Conditioning Marin	17:00~18:00 Jump to Burn Mei	17:00~18:00 Body Balance On
19:30	18:30~19:30 Back&Arm Marin					18:30~19:30 Basic emma	18:30~19:30 Shape up Waist (members only) Mei	18:30~19:30 Basic emma	18:30~19:30 Release&Strength On
21:00	20:00~21:00 Jump to Burn emma					20:00~21:00 Hip&Leg On	20:00~21:00 Basic Marin	20:00~21:00 Waist Mei	20:00~21:00 Pilates Barre 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)