



pilates

pilates K 広島店 Lesson Schedule

更新日2023/7/27

2023/7/1~2023/7/15

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

	7月9日(日)	7月10日(月)	7月11日(火)	7月12日(水)	7月13日(木)	7月14日(金)	7月15日(土)	
10:30	10:30~11:30 Waist emma	close	10:30~11:30 Release&Strength Mei	10:30~11:30 Pilates Cardio Sayano	10:30~11:30 Hip&Leg Sayano	10:30~11:30 Jump to Burn emma	10:30~11:30 Basic sora	
12:00	12:00~13:00 Basic sora		12:00~13:00 Shape up Waist (members only) emma	12:00~13:00 Waist Sayano	12:00~13:00 Basic sora	12:00~13:00 Animal Stretch (members only) emma	12:00~13:00 Hip&Leg Sayano	
13:30	13:30~14:30 Body Balance (members only) emma		13:30~14:30 Back&Arm emma	13:30~14:30 Basic Minami	13:30~14:30 Waist Sayano	13:30~14:30 Basic Minami	13:30~14:30 Shape up Waist (members only) Mei	
15:00	15:00~16:00 Stretch&Conditioning Mei						15:00~16:00 Basic sora	
	16:30~17:30 Hip Punch (members only) Mei						16:30~17:30 Body Balance (members only) Mei	
16:30								
17:00					17:00~18:00 Basic sora	17:00~18:00 Hip Punch (members only) Mei	17:00~18:00 Stretch&Conditioning Mei	18:30~19:30 Pilates Cardio Sayano
18:30				18:30~19:30 Basic Minami	18:30~19:30 Jump to Burn emma	18:30~19:30 Basic Minami	18:30~19:30 Advance (members only) Mei	
20:00				20:00~21:00 Hip&Leg Sayano	20:00~21:00 Back & Spine (members only) emma	20:00~21:00 Pilates Barre Mei	20:00~21:00 Basic sora	

・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

2023/7/16~2023/7/31

	7月16日(日)	7月17日(月)	7月18日(火)	7月19日(水)	7月20日(木)	7月21日(金)	7月22日(土)	7月23日(日)	
10:30	10:30~11:30 Body Balance (members only) emma	close	10:30~11:30 Basic Minami	10:30~11:30 Pilates Barre Mei	10:30~11:30 Basic Minami	10:30~11:30 Jump to Burn emma	10:30~11:30 Advance (members only) Mei	10:30~11:30 Hip&Leg Minami	
12:00	12:00~13:00 Waist Sayano		12:00~13:00 Hip&Leg Sayano	12:00~13:00 Basic sora	12:00~13:00 Hip Punch (members only) Mei	12:00~13:00 Waist Sayano	12:00~13:00 Basic sora	12:00~13:00 Pilates Cardio Sayano	
13:30	13:30~14:30 Back&Arm emma		13:30~14:30 Animal Stretch (members only) emma	13:30~14:30 Release&Strength Mei	13:30~14:30 Back&Arm Mei	13:30~14:30 Body Balance (members only) emma	13:30~14:30 Hip&Leg Minami	13:30~14:30 Body Balance (members only) Mei	
15:00	15:00~16:00 Pilates Workout (members only) Mei							15:00~16:00 Jump to Burn Mei	15:00~16:00 Basic Minami
16:30	16:30~17:30 Basic Minami							16:30~17:30 Basic Sayano	16:30~17:30 Stretch&Conditioning Mei
17:00					17:00~18:00 Back&Spine (members only) emma	17:00~18:00 Basic sora	17:00~18:00 Pilates Cardio Sayano	18:30~19:30 Waist Sayano	
18:30				18:30~19:30 Waist Mei	18:30~19:30 Hip&Leg Sayano	18:30~19:30 Animal Stretch (members only) emma	18:30~19:30 Basic Minami		
20:00				20:00~21:00 Hip Punch (members only) Mei	20:00~21:00 Jump to Burn emma	20:00~21:00 Waist emma	20:00~21:00 Hip&Leg Minami		

	7月24日(月)	7月25日(火)	7月26日(水)	7月27日(木)	7月28日(金)	7月29日(土)	7月30日(日)	7月31日(月)
10:30	close	10:30~11:30 Back&Arm emma	10:30~11:30 Basic sora	10:30~11:30 Hip&Leg Minami	10:30~11:30 Shape up Waist (members only) emma	10:30~11:30 Basic sora	10:30~11:30 Back & Spine (members only) Sayano	close
12:00		12:00~13:00 Pilates Workout (members only) Mei	12:00~13:00 Stretch&Conditioning Mei	12:00~13:00 Back&Spine (members only) Sayano	12:00~13:00 Basic Minami	12:00~13:00 Hip&Leg Minami	12:00~13:00 Pilates Barre Mei	
13:30		13:30~14:30 Basic sora	13:30~14:30 Hip&Leg Minami	13:30~14:30 Basic Minami	13:30~14:30 Pilates Cardio Sayano	13:30~14:30 Waist Sayano	13:30~14:30 Basic Sayano	
15:00						15:00~16:00 Advance (members only) Mei	15:00~16:00 Waist emma	
16:30						16:30~17:30 Pilates Cardio Sayano	16:30~17:30 Animal Stretch (members only) emma	
17:00		17:00~18:00 Release&Strength Mei	17:00~18:00 Back&Arm emma	17:00~18:00 Body Balance (members only) emma	17:00~18:00 Basic sora	18:30~19:30 Basic Mei		
18:30		18:30~19:30 Hip&Leg Sayano	18:30~19:30 Basic Minami	18:30~19:30 Release&Strength Mei	18:30~19:30 Back&Spine (members only) emma			
20:00		20:00~21:00 Basic sora	20:00~21:00 Shape up Waist (members only) emma	20:00~21:00 Basic emma	20:00~21:00 Waist Sayano			

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)