



pilates

# pilates K 広島店 Lesson Schedule

更新日2023/8/3

2023/8/1~2023/8/15

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

	8月9日(水)	8月10日(木)	8月11日(金)	8月12日(土)	8月13日(日)	8月14日(月)	8月15日(火)
10:30	10:30~11:30 Basic Minami	10:30~11:30 Back & Spine (members only) Sayano	10:30~11:30 Basic sora	10:30~11:30 Pilates Workout (members only) Mei	10:30~11:30 Basic Sayano	close	10:30~11:30 Back&Arm emma
12:00	12:00~13:00 Jump to Burn emma	12:00~13:00 Waist Sayano	12:00~13:00 Hip Punch (members only) Mei	12:00~13:00 Waist Sayano	12:00~13:00 Body Balance (members only) emma		12:00~13:00 Hip&Leg Minami
13:30	13:30~14:30 Hip&Leg Mizuki	13:30~14:30 Basic sora	13:30~14:30 Back&Arm emma	13:30~14:30 Basic Minami	13:30~14:30 Waist Sayano		13:30~14:30 Shape up Waist (members only) emma
15:00			15:00~16:00 Waist Mei	15:00~16:00 Release&Strength Mei	15:00~16:00 Hip&Leg Minami		
16:30			16:30~17:30 Hip&Leg Minami	16:30~17:30 Pilates Cardio Sayano	16:30~17:30 Back & Spine (members only) emma		
17:00	17:00~18:00 Back & Spine (members only) Sayano	17:00~18:00 Pilates Barre Mei	18:30~19:30 Body Balance (members only) emma	18:30~19:30 Hip&Leg Minami			17:00~18:00 Basic sora
18:30	18:30~19:30 Release&Strength Mei	18:30~19:30 Back&Arm emma					18:30~19:30 Back & Spine (members only) Sayano
20:00	20:00~21:00 Pilates Cardio Sayano	20:00~21:00 Body Balance (members only) emma					20:00~21:00 Waist 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

2023/8/16~2023/8/31

	8月16日(水)	8月17日(木)	8月18日(金)	8月19日(土)	8月20日(日)	8月21日(月)	8月22日(火)	8月23日(水)
10:30	10:30~11:30 Body Balance (members only)	10:30~11:30 Waist sora	10:30~11:30 Pilates Cardio Sayano	10:30~11:30 Basic Minami	10:30~11:30 Hip&Leg Minami	close	10:30~11:30 Jump to Burn Mei	10:30~11:30 Pilates Workout (members only)
12:00	emma	12:00~13:00 Hip Punch (members only)	12:00~13:00 Basic sora	12:00~13:00 Body Balance (members only)	12:00~13:00 Basic sora		12:00~13:00 Basic sora	12:00~13:00 Mei
	12:00~13:00 Basic Sayano	Mei	13:30~14:30 Back & Spine (members only)	Mei	13:30~14:30 Animal Stretch (members only)		13:30~14:30 Body Balance (members only)	12:00~13:00 Hip&Leg Sayano
13:30	13:30~14:30 Jump to Burn emma	13:30~14:30 Release&Strength Mei	Sayano	13:30~14:30 Waist sora	emma		Mei	13:30~14:30 Stretch&Conditioning Mei
15:00				15:00~16:00 Hip&Leg Minami	15:00~16:00 Back&Arm Mei			
				16:30~17:30 Basic sora	16:30~17:30 Pilates Workout (members only)			
16:30					Mei			
17:00	17:00~18:00 Waist sora	17:00~18:00 Basic Minami	17:00~18:00 Hip&Leg Mei	18:30~19:30 Advance (members only)			17:00~18:00 Shape up Waist (members only)	18:30~19:30 Basic Minami
18:30	18:30~19:30 Pilates Barre Mei	18:30~19:30 Pilates Cardio Sayano	18:30~19:30 Basic Minami	Mei			emma	20:00~21:00 Animal Stretch (members only)
20:00	20:00~21:00 Basic Mei	20:00~21:00 Hip&Leg Minami	20:00~21:00 Stretch&Conditioning Mei				18:30~19:30 Hip&Leg Sayano	20:00~21:00 Back&Arm emma

	8月24日(木)	8月25日(金)	8月26日(土)	8月27日(日)	8月28日(月)	8月29日(火)	8月30日(水)	8月31日(木)
10:30	10:30~11:30 Animal Stretch (members only)	10:30~11:30 Basic Minami	10:30~11:30 Pilates Barre 未定	10:30~11:30 Hip Punch (members only)	close	10:30~11:30 Hip&Leg Sayano	10:30~11:30 Basic sora	10:30~11:30 Waist sora
12:00	emma	12:00~13:00 Body Balance (members only)	12:00~13:00 Shape up Waist (members only)	Mei		12:00~13:00 Advance (members only)	12:00~13:00 Animal Stretch (members only)	12:00~13:00 Basic sora
	12:00~13:00 Back&Arm emma	emma	Mei	12:00~13:00 Jump to Burn Mei		Mei	emma	13:30~14:30 Hip&Leg Minami
13:30	13:30~14:30 Basic Minami	13:30~14:30 Hip&Leg Minami	13:30~14:30 Basic sora	13:30~14:30 Back & Spine (members only)		13:30~14:30 Pilates Cardio Sayano	13:30~14:30 Waist emma	
15:00			15:00~16:00 Body Balance (members only)	Sayano				
			emma	15:00~16:00 Basic Minami				
16:30			16:30~17:30 Stretch&Conditioning Mei	16:30~17:30 Waist sora				
17:00	17:00~18:00 Advance (members only)	17:00~18:00 Basic sora	18:30~19:30 Basic sora			17:00~18:00 Back&Arm emma	17:00~18:00 Hip&Leg Minami	17:00~18:00 Jump to Burn Mei
18:30	18:30~19:30 Hip&Leg Sayano	18:30~19:30 Waist sora				18:30~19:30 Basic sora	18:30~19:30 Hip Punch (members only)	18:30~19:30 Pilates Barre 未定
20:00	20:00~21:00 Release&Strength Mei	20:00~21:00 Back & Spine (members only)				20:00~21:00 Shape up Waist (members only)	20:00~21:00 Basic Minami	20:00~21:00 Pilates Cardio 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客様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)