



pilates

pilates K 広島店 Lesson Schedule

更新日2024/5/23

2024/6/1~2024/6/15

Let's have fun with all pilates lovers♡

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

	6月9日(日)	6月10日(月)	6月11日(火)	6月12日(水)	6月13日(木)	6月14日(金)	6月15日(土)
10:30	10:30~11:30 Basic ♪ miku	close	10:30~11:30 Back&Spine sayano	10:30~11:30 Advance sayano	10:30~11:30 Pilates Barre sora	10:30~11:30 Waist ♪ emma	10:30~11:30 Hip&Leg ♪ pure
12:00	12:00~13:00 Hip&Leg ♪ sayano		12:00~13:00 Jump to Burn miku	12:00~13:00 Hip Punch emma	12:00~13:00 Pilates Cardio sayano	12:00~13:00 Basic ♪ miku	12:00~13:00 Reset Flow emma
13:30	13:30~14:30 Jump to Burn miku		13:30~14:30 Hip&Leg ♪ sayano	13:30~14:30 Basic ♪ pure	13:30~14:30 Stretch&Conditioning ♪ sora	13:30~14:30 Hip Punch emma	13:30~14:30 Animal Stretch sora
15:00	15:00~16:00 Back&Arm ♪ sayano		15:00~16:00 Basic ♪ emma		15:00~16:00 Power up Control miku		15:00~16:00 Basic ♪ emma
	16:30~17:30 Waist ♪ emma						16:30~17:30 Back&Arm ♪ sayano
17:00	18:00~19:00 Pilates Cardio sayano						18:00~19:00 Pilates Barre sora
18:00			17:00~18:00 Waist ♪ pure		17:00~18:00 Back&Arm ♪ pure	17:00~18:00 Basic ♪ sora	19:30~20:30 Back&Spine sayano
19:30			18:30~19:30 Reset Flow emma	18:30~19:30 Basic ♪ emma	18:30~19:30 Jump to Burn miku	18:30~19:30 Shape up Waist sora	
21:00			20:00~21:00 Pilates Workout pure	20:00~21:00 Shape up Waist sora	20:00~21:00 Basic ♪ pure	20:00~21:00 Release&Strength sayano	

♪: 体験可能レッスン

- ・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

2024/6/16~2024/6/30

	6月16日(日)	6月17日(月)	6月18日(火)	6月19日(水)	6月20日(木)	6月21日(金)	6月22日(土)	6月23日(日)
10:30	10:30~11:30 Waist ♪ miku	close	10:30~11:30 Pilates Cardio sayano	10:30~11:30 Back&Arm ♪ sayano	10:30~11:30 Waist ♪ miku	10:30~11:30 Basic ♪ pure	10:30~11:30 Release&Strength sayano	10:30~11:30 Back&Spine sayano
12:00	12:00~13:00 Reset Flow emma		12:00~13:00 Waist ♪ emma	12:00~13:00 Basic ♪ pure	12:00~13:00 Hip&Leg ♪ sayano	12:00~13:00 Pilates Cardio pure	12:00~13:00 Back&Arm ♪ sayano	12:00~13:00 Stretch&Conditioning ♪ emma
13:30	13:30~14:30 Body Balance miku		13:30~14:30 Release&Strength sayano	13:30~14:30 Waist ♪ miku	13:30~14:30 Power up Control miku	13:30~14:30 Pilates Barre emma	13:30~14:30 Hip Punch emma	13:30~14:30 Hip&Leg ♪ sayano
15:00	15:00~16:00 Hip&Leg ♪ sayano		15:00~16:00 Hip Punch emma		15:00~16:00 Back&Spine sayano		15:00~16:00 Pilates Cardio sayano	15:00~16:00 Body Balance emma
	16:30~17:30 Basic ♪ emma						16:30~17:30 Basic ♪ emma	16:30~17:30 Jump to Burn Airi
17:00	18:00~19:00 Advance sayano						18:00~19:00 Hip&Leg ♪ Airi	18:00~19:00 Basic ♪ miku
18:00			17:00~18:00 Hip&Leg ♪ Airi		17:00~18:00 Back&Arm ♪ pure	17:00~18:00 Shape up Waist emma	19:30~20:30 Jump to Burn Airi	
19:30			18:30~19:30 Pilates Workout pure	18:30~19:30 Hip&Leg ♪ Airi	18:30~19:30 Jump to Burn Airi	18:30~19:30 Basic ♪ Airi		
21:00			20:00~21:00 Basic ♪ miku	20:00~21:00 Animal Stretch emma	20:00~21:00 Basic ♪ pure	20:00~21:00 Hip&Leg ♪ Airi		

	6月24日(月)	6月25日(火)	6月26日(水)	6月27日(木)	6月28日(金)	6月29日(土)	6月30日(日)
10:30	close	10:30~11:30 Pilates Workout pure	10:30~11:30 Basic ♪ miku	10:30~11:30 Waist ♪ miku	10:30~11:30 Back&Spine sayano	10:30~11:30 Waist ♪ miku	10:30~11:30 Hip&Leg ♪ Airi
12:00		12:00~13:00 Waist ♪ miku	12:00~13:00 Pilates Cardio pure	12:00~13:00 Basic ♪ Airi	12:00~13:00 Pilates Workout pure	12:00~13:00 Hip&Leg ♪ sayano	12:00~13:00 Waist ♪ miku
13:30		13:30~14:30 Hip&Leg ♪ Airi	13:30~14:30 Hip Punch emma	13:30~14:30 Jump to Burn miku	13:30~14:30 Advance sayano	13:30~14:30 Basic ♪ 未定	13:30~14:30 Back&Arm ♪ emma
15:00		15:00~16:00 Basic ♪ miku		15:00~16:00 Hip&Leg ♪ Airi		15:00~16:00 Power up Control miku	15:00~16:00 Shape up Waist emma
						16:30~17:30 Stretch&Conditioning ♪ emma	16:30~17:30 Basic ♪ 未定
17:00						18:00~19:00 Basic ♪ pure	18:00~19:00 Pilates Cardio pure
18:00			17:00~18:00 Back&Spine sayano	17:00~18:00 Back&Arm ♪ pure	17:00~18:00 Power up Control miku	17:00~18:00 Basic ♪ pure	19:30~20:30 Pilates Barre emma
19:30			18:30~19:30 Basic ♪ Airi	18:30~19:30 Reset Flow emma	18:30~19:30 Basic ♪ pure	18:30~19:30 Jump to Burn Airi	
21:00			20:00~21:00 Pilates Cardio sayano	20:00~21:00 Waist ♪ sayano	20:00~21:00 Back&Arm ♪ pure	20:00~21:00 Basic ♪ Airi	

♪: 体験可能レッスン

今月も一緒にピラティスを楽しみましょう!

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)