



pilates

pilates K 広島店 Lesson Schedule

更新日2024/6/27

2024/7/1~2024/7/15

Let's have fun with all pilates lovers♡

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

	7月9日(火)	7月10日(水)	7月11日(木)	7月12日(金)	7月13日(土)	7月14日(日)	7月15日(月)
10:30	10:30~11:30 Waist ♪ miku	10:30~11:30 Basic ♪ Airi	10:30~11:30 Hip Punch emma	10:30~11:30 Animal Stretch Mizuki	10:30~11:30 Basic ♪ Cocono.H	10:30~11:30 Waist ♪ miku	close
12:00	12:00~13:00 Jump to Burn Airi	12:00~13:00 Reset Flow Mizuki	12:00~13:00 Pilates Cardio pure	12:00~13:00 Basic ♪ pure	12:00~13:00 Pilates Workout pure	12:00~13:00 Hip&Leg ♪ pure	
13:30	13:30~14:30 Advance Mizuki	13:30~14:30 Pilates Workout pure	13:30~14:30 Stretch&Conditioning ♪ Mizuki	13:30~14:30 Shape up Waist emma	13:30~14:30 Animal Stretch emma	13:30~14:30 Basic ♪ Cocono.H	
15:00	15:00~16:00 Basic ♪ Cocono.H		15:00~16:00 Basic ♪ Cocono.H		15:00~16:00 Back&Spine Sayano	15:00~16:00 Jump to Burn miku	
17:00					16:30~17:30 Basic ♪ miku	16:30~17:30 Advance Sayano	
18:00	17:00~18:00 Hip&Leg ♪ pure		17:00~18:00 Back&Arm ♪ Sayano	17:00~18:00 Release&Strength Sayano	19:30~20:30 Pilates Cardio Sayano		
19:30	18:30~19:30 Reset Flow Mizuki	18:30~19:30 Back&Spine Sayano	18:30~19:30 Hip&Leg ♪ Airi	18:30~19:30 Back&Arm ♪ pure			
21:00	20:00~21:00 Back&Arm ♪ pure	20:00~21:00 Basic ♪ Cocono.H	20:00~21:00 Power up Control miku	20:00~21:00 Hip&Leg ♪ Airi			
					18:00~19:00 Jump to Burn Airi	18:00~19:00 Basic ♪ Airi	

♪: 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

2024/7/16~2024/7/31

	7月16日(火)	7月17日(水)	7月18日(木)	7月19日(金)	7月20日(土)	7月21日(日)	7月22日(月)	7月23日(火)
10:30	10:30~11:30 Back&Arm ♡ pure	10:30~11:30 Pilates Workout pure	10:30~11:30 Waist ♡ miku	10:30~11:30 Shape up Waist Mei	10:30~11:30 Advance Sayano	10:30~11:30 Basic ♡ Cocono.H	close	10:30~11:30 Basic ♡ miku
12:00	12:00~13:00 Back&Spine Sayano	12:00~13:00 Waist ♡ miku	12:00~13:00 Jump to Burn Airi	12:00~13:00 Hip&Leg ♡ Airi	12:00~13:00 Basic ♡ Cocono.H	12:00~13:00 Power up Control Mei		12:00~13:00 Release&Strength Sayano
13:30	13:30~14:30 Basic ♡ Cocono.H	13:30~14:30 Hip Punch emma	13:30~14:30 Basic ♡ miku	13:30~14:30 Pilates Barre Mei	13:30~14:30 Hip&Leg ♡ Airi	13:30~14:30 Back&Arm ♡ Sayano		13:30~14:30 Waist ♡ Mei
15:00	15:00~16:00 Power up Control miku		15:00~16:00 Hip&Leg ♡ Airi		15:00~16:00 Pilates Cardio pure	15:00~16:00 Basic ♡ pure		15:00~16:00 Pilates Cardio Sayano
					16:30~17:30 Stretch&Conditioning ♡ Mei	16:30~17:30 Back&Spine Sayano		
17:00					18:00~19:00 Basic ♡ pure	18:00~19:00 Release&Strength pure		
18:00	17:00~18:00 Shape up Waist emma	17:00~18:00 Animal Stretch emma	17:00~18:00 Basic ♡ Cocono.H	17:00~18:00 Jump to Burn Airi	19:30~20:30 Hip Punch Mei			17:00~18:00 Reset Flow emma
19:30	18:30~19:30 Hip&Leg ♡ Airi	18:30~19:30 Advance Sayano	18:30~19:30 Back&Arm ♡ Sayano	18:30~19:30 Basic ♡ miku				18:30~19:30 Basic ♡ Cocono.H
21:00	20:00~21:00 Reset Flow emma	20:00~21:00 Basic ♡ Cocono.H	20:00~21:00 Back&Spine Sayano	20:00~21:00 Pilates Cardio pure			20:00~21:00 Back&Arm ♡ Mei	

	7月24日(水)	7月25日(木)	7月26日(金)	7月27日(土)	7月28日(日)	7月29日(月)	7月30日(火)	7月31日(水)
10:30	10:30~11:30 Body Balance Mei	10:30~11:30 Reset Flow emma	10:30~11:30 Basic ♡ Cocono.H	10:30~11:30 Back&Spine Sayano	10:30~11:30 Hip Punch Mei	close	10:30~11:30 Power up Control miku	10:30~11:30 Basic ♡ Cocono.H
12:00	12:00~13:00 Basic ♡ pure	12:00~13:00 Hip&Leg ♡ Airi	12:00~13:00 Advance Sayano	12:00~13:00 Body Balance Mei	12:00~13:00 Basic ♡ Cocono.H		12:00~13:00 Back&Arm ♡ Sayano	12:00~13:00 Back&Spine Sayano
13:30	13:30~14:30 Shape up Waist Mei	13:30~14:30 Hip Punch Mei	13:30~14:30 Pilates Barre Mei	13:30~14:30 Basic ♡ Cocono.H	13:30~14:30 Waist ♡ emma		13:30~14:30 Release&Strength pure	13:30~14:30 Body Balance Mei
15:00		15:00~16:00 Release&Strength pure		15:00~16:00 Hip&Leg ♡ Sayano	15:00~16:00 Pilates Workout pure		15:00~16:00 Pilates Cardio Sayano	
				16:30~17:30 Jump to Burn Airi	16:30~17:30 Pilates Barre Mei			
17:00				18:00~19:00 Pilates Cardio pure	18:00~19:00 Hip&Leg ♡ Sayano			
18:00		17:00~18:00 Waist ♡ miku	17:00~18:00 Stretch&Conditioning ♡ emma	19:30~20:30 Basic ♡ Airi			17:00~18:00 Animal Stretch emma	17:00~18:00 Shape up Waist Mei
19:30	18:30~19:30 Back&Spine Sayano	18:30~19:30 Basic ♡ pure	18:30~19:30 Back&Arm ♡ pure				18:30~19:30 Hip&Leg ♡ Airi	18:30~19:30 Basic ♡ Airi
21:00	20:00~21:00 Basic ♡ Cocono.H	20:00~21:00 Power up Control Mei	20:00~21:00 Shape up Waist Mei			20:00~21:00 Reset Flow emma	20:00~21:00 Pilates Workout pure	

♡: 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)