



pilates

pilates K 広島店 Lesson Schedule

更新日2024/6/19

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 未定	10:30~11:30 Stretch&Conditioning emma	10:30~11:30 Back&Arm Sayano	close
12:00		12:00~13:00 Basic miku	12:00~13:00 Hip&Leg pure	12:00~13:00 Basic 未定	12:00~13:00 Hip&Leg pure	12:00~13:00 Basic 未定	12:00~13:00 Pilates Cardio pure	
13:30		13:30~14:30 Pilates Cardio Sayano	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 miku		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						18:00~19:00 Hip&Leg pure	18:00~19:00 Animal Stretch emma	
19:30						19:30~20:30 Back&Spine Sayano		
21:00								
			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		
			18:30~19:30 Back&Arm pure	18:30~19:30 Basic miku	18:30~19:30 Waist miku	18:30~19:30 Jump to Burn miku		
		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 Pilates Cardio Sayano			

	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 emma	10:30~11:30 Basic 未定	10:30~11:30 Power up Control miku	close
12:00	12:00~13:00 Jump to Burn Airi	12:00~13:00 Reset Flow emma	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 Power up Control miku	13:30~14:30 Pilates Workout pure	13:30~14:30 Stretch&Conditioning emma	13:30~14:30 Shape up Waist emma	13:30~14:30 Waist miku	13:30~14:30 Basic 未定	
15:00	15:00~16:00 Basic Airi		15:00~16:00 Basic 未定		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					18:00~19:00 Jump to Burn Airi	18:00~19:00 Basic Airi	
19:30	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		
	18:30~19:30 Basic 未定	18:30~19:30 Back&Spine Sayano	18:30~19:30 Hip&Leg Airi	18:30~19:30 Back&Arm pure			
	20:00~21:00 Back&Arm pure	20:00~21:00 Basic 未定	20:00~21:00 Power up Control miku	20:00~21:00 Jump to Burn 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 emma	10:30~11:30 Advance Sayano	10:30~11:30 Basic ♪ Cocono.H	close	10:30~11:30 Jump to Burn 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 Waist ♪ miku		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 emma	13:30~14:30 Hip&Leg ♪ Airi	13:30~14:30 Back&Arm ♪ Sayano		13:30~14:30 Waist ♪ miku
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 ♪ emma	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 emma			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 Pilates Barre emma

	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 Back&Arm ♪ pure	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 emma	close	10:30~11:30 Power up Control miku	10:30~11:30 Basic ♪ Cocono.H
12:00	12:00~13:00 Basic ♪ miku	12:00~13:00 Hip&Leg ♪ Airi	12:00~13:00 Advance Sayano	12:00~13:00 Waist ♪ miku	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 emma	13:30~14:30 Hip Punch emma	13:30~14:30 Jump to Burn Airi	13:30~14:30 Basic ♪ Cocono.H	13:30~14:30 Waist ♪ miku		13:30~14:30 Release&Strength pure	13:30~14:30 Jump to Burn Airi
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 emma			
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 emma
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 ♪ miku
21:00	20:00~21:00 Basic ♪ Cocono.H	20:00~21:00 Power up Control miku	20:00~21:00 Shape up Waist emma				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)