

アルパーク広島店【5月1日～5月8日スケジュール】

2025年4月15日更新

05/01	05/02	05/03	05/04	05/05	05/06	05/07	05/08
木	金	土	日	月	火	水	木
	10:30～11:30 Waist  Cocono.H	10:30～11:30 Stretch & Conditioning  Haruka.M	10:30～11:30 Basic  Cocono.H	close	10:30～11:30 Basic  Haruka.M	10:30～11:30 Back&Arm  Misaki.E	
	12:30～13:30 Basic  Cocono.H	12:00～13:00 Hip&Leg  Misaki.E	12:30～13:30 Back&Arm  Haruka.M		12:00～13:00 Hip&Leg  Misaki.E	12:30～13:30 Basic  Haruka.M	
		13:30～14:30 Basic  Haruka.M	14:30～15:30 Hip&Leg  Cocono.H		13:30～14:30 Stretch & Conditioning  Haruka.M		
		15:00～16:00 Waist  Misaki.E	16:30～17:30 Basic  Haruka.M		15:00～16:00 Waist  Misaki.E		
		17:30～18:30 Basic  Haruka.M			17:30～18:30 Back&Arm  Haruka.M		
18:00～19:00 Waist  Misaki.E	18:00～19:00 Basic  Misaki.E					18:00～19:00 Stretch & Conditioning  Cocono.H	18:00～19:00 Hip&Leg  Misaki.E
19:30～20:30 Hip&Leg  Misaki.E	19:30～20:30 Back&Arm  Misaki.E					19:30～20:30 Waist  Haruka.M	19:30～20:30 Basic  Haruka.M
21:00～22:00 Basic  Haruka.M	21:00～22:00 Hip&Leg  Misaki.E					21:00～22:00 Basic  Cocono.H	21:00～22:00 Back&Arm  Haruka.M

アルパーク広島店【5月9日～5月16日スケジュール】

05/09	05/10	05/11	05/12	05/13	05/14	05/15	05/16
金	土	日	月	火	水	木	金
10:30～11:30 Basic  Cocono.H	10:30～11:30 Waist  Cocono.H	10:30～11:30 Stretch & Conditioning  Cocono.H	close	10:30～11:30 Back&Arm  Misaki.E	10:30～11:30 Basic  Misaki.E		10:30～11:30 Stretch & Conditioning  Cocono.H
12:30～13:30 Back&Arm  Misaki.E	12:00～13:00 Basic  Haruka.M	12:30～13:30 Hip&Leg  Misaki.E		12:30～13:30 Basic  Cocono.H	12:30～13:30 Hip&Leg  Misaki.E		12:30～13:30 Basic  Momoka.K
	13:30～14:30 Hip&Leg  Cocono.H	14:30～15:30 Basic  Misaki.E					
	15:00～16:00 Back&Arm  Haruka.M	16:30～17:30 Waist  Cocono.H					
	17:30～18:30 Basic  Cocono.H						
18:00～19:00 Basic  Haruka.M				18:00～19:00 Basic  Cocono.H	18:00～19:00 Back&Arm  Misaki.E	18:00～19:00 Hip&Leg  Misaki.E	18:00～19:00 Basic  mai.h
19:30～20:30 Hip&Leg  Misaki.E				19:30～20:30 Hip&Leg  Airi	19:30～20:30 Basic  Cocono.H	19:30～20:30 Basic  Cocono.H	19:30～20:30 Waist  Cocono.H
21:00～22:00 Waist  Haruka.M				21:00～22:00 Basic  Cocono.H	21:00～22:00 Waist  Cocono.H	21:00～22:00 Back&Arm  Misaki.E	21:00～22:00 Basic  Cocono.H

- ：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時間前を切ったの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。

アルパーク広島店【5月17日～5月24日スケジュール】

2025年4月15日更新

05/17	05/18	05/19	05/20	05/21	05/22	05/23	05/24
土	日	月	火	水	木	金	土
10:30～11:30 Back&Arm Misaki.E	close	close	10:30～11:30 Basic Mei	10:30～11:30 Back&Arm misaki.H		10:30～11:30 Basic rico.S	10:30～11:30 Hip&Leg rico.S
12:00～13:00 Basic mai.h			12:30～13:30 Hip&Leg Misaki.E	12:30～13:30 Basic Cocono.H		12:30～13:30 Back&Arm Misaki.E	12:00～13:00 Waist Cocono.H
13:30～14:30 Hip&Leg Misaki.E							13:30～14:30 Basic rico.S
15:00～16:00 Basic mai.h							15:00～16:00 Stretch & Conditioning Cocono.H
17:30～18:30 Waist Misaki.E							17:30～18:30 Basic rico.S
			18:00～19:00 Waist Misaki.E	18:00～19:00 Hip&Leg Cocono.H	18:00～19:00 Basic rico.S	18:00～19:00 Hip&Leg Misaki.E	
			19:30～20:30 Basic mai.h	19:30～20:30 Stretch & Conditioning Cocono.H	19:30～20:30 Back&Arm Misaki.E	19:30～20:30 Basic Cocono.H	
			21:00～22:00 Back&Arm Misaki.E	21:00～22:00 Basic mai.h	21:00～22:00 Hip&Leg rico.S	21:00～22:00 Waist Cocono.H	

アルパーク広島店【5月25日～5月31日スケジュール】

05/25	05/26	05/27	05/28	05/29	05/30	05/31
日	月	火	水	木	金	土
10:30～11:30 Waist Misaki.E	close	10:30～11:30 Stretch & Conditioning Cocono.H	10:30～11:30 Basic rico.S		10:30～11:30 Hip&Leg Misaki.E	10:30～11:30 Waist Misaki.E
12:30～13:30 Basic rico.S		12:30～13:30 Basic rico.S	12:30～13:30 Waist Misaki.E		12:30～13:30 Basic rico.S	12:00～13:00 Stretch & Conditioning Cocono.H
14:30～15:30 Back&Arm Misaki.E						13:30～14:30 Back&Arm Misaki.E
16:30～17:30 Hip&Leg rico.S						15:00～16:00 Basic Cocono.H
						17:30～18:30 Hip&Leg Misaki.E
		18:00～19:00 Hip&Leg Misaki.E	18:00～19:00 Stretch & Conditioning Cocono.H	18:00～19:00 Basic rico.S	18:00～19:00 Waist Minami	
		19:30～20:30 Basic rico.S	19:30～20:30 Back&Arm Misaki.E	19:30～20:30 Waist Misaki.E	19:30～20:30 Basic rico.S	
		21:00～22:00 Waist Misaki.E	21:00～22:00 Basic Cocono.H	21:00～22:00 Hip&Leg rico.S	21:00～22:00 Back&Arm Minami	

📌：体験可能レッスン

今月も一緒にビ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）