

pilates K 広島店		【 07/01 ~ 07/08 】		スケジュール		2025/07/04 更新	
07/01	07/02	07/03	07/04	07/05	07/06	07/07	07/08
火	水	木	金	土	日	月	火
10:30 ~ 11:30 Basic 🌿 Mashiro.I	10:30 ~ 11:30 Release&Strength pure	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg 🌿 Airi	10:30 ~ 11:30 Basic 🌿 Rikako.Y	10:30 ~ 11:30 Basic 🌿 runa	10:30 ~ 11:30 Hip Punch pure	close	10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio pure
12:00 ~ 13:00 Hip & Leg 🌿 Cocono.H	12:00 ~ 13:00 Shape up waist Airi	12:00 ~ 13:00 Basic 🌿 Rikako.Y	12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning 🌿 Cocono.H	12:00 ~ 13:00 Pilates Barre runa	12:00 ~ 13:00 Basic 🌿 Rikako.Y		12:00 ~ 13:00 Basic 🌿 Rikako.Y
13:30 ~ 14:30 Basic 🌿 Mashiro.I	13:30 ~ 14:30 Animal Stretch pure	13:30 ~ 14:30 Body Balance Airi	13:30 ~ 14:30 Waist 🌿 Cocono.H	13:30 ~ 14:30 Basic 🌿 Rikako.Y	13:30 ~ 14:30 Back & Spine Cocono.H		13:30 ~ 14:30 Release&Strength pure
15:00 ~ 16:00 Pilates Workout Cocono.H		15:00 ~ 16:00 Pilates Cardio pure		15:00 ~ 16:00 Waist 🌿 Cocono.H	15:00 ~ 16:00 Release&Strength pure		15:00 ~ 16:00 jump to burn runa
				16:30 ~ 17:30 Hip & Leg 🌿 Cocono.H	16:30 ~ 17:30 Waist 🌿 Cocono.H		
				18:00 ~ 19:00 Basic 🌿 Rikako.Y	18:00 ~ 19:00 Power up Control pure		
17:00 ~ 18:00 Hip Punch pure	17:00 ~ 18:00 Basic 🌿 runa	17:00 ~ 18:00 Animal Stretch pure	17:00 ~ 18:00 Hip & Leg 🌿 Airi	19:30 ~ 20:30 Back & Spine Cocono.H			17:00 ~ 18:00 Waist 🌿 runa
18:30 ~ 19:30 Waist 🌿 runa	18:30 ~ 19:30 Power up Control pure	18:30 ~ 19:30 Pilates Barre Airi	18:30 ~ 19:30 Back & Arm 🌿 runa				18:30 ~ 19:30 Basic 🌿 Rikako.Y
20:00 ~ 21:00 Pilates Cardio pure	20:00 ~ 21:00 Back & Arm 🌿 runa	20:00 ~ 21:00 Release&Strength pure	20:00 ~ 21:00 Body Balance Airi				20:00 ~ 21:00 Back & Arm 🌿 runa

pilates K 広島店		【 07/09 ~ 07/16 】		スケジュール		2025/07/04 更新	
07/09	07/10	07/11	07/12	07/13	07/14	07/15	07/16
水	木	金	土	日	月	火	水
10:30 ~ 11:30 Pilates Barre Cocono.H	10:30 ~ 11:30 Power up Control pure	10:30 ~ 11:30 Basic 🌿 Rikako.Y	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg 🌿 sora	10:30 ~ 11:30 Shape up waist Airi	10:30 ~ 11:30 Basic 🌿 Rikako.Y	10:30 ~ 11:30 Hip Punch pure	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg 🌿 Cocono.H
12:00 ~ 13:00 Pilates Cardio runa	12:00 ~ 13:00 Waist 🌿 runa	12:00 ~ 13:00 Back & Arm 🌿 runa	12:00 ~ 13:00 Basic 🌿 Rikako.Y	12:00 ~ 13:00 Back & Arm 🌿 pure	12:00 ~ 13:00 Body Balance Airi	12:00 ~ 13:00 Basic 🌿 Rikako.Y	12:00 ~ 13:00 Pilates Cardio pure
13:30 ~ 14:30 Waist 🌿 Cocono.H	13:30 ~ 14:30 Animal Stretch pure	13:30 ~ 14:30 Pilates Barre Cocono.H	13:30 ~ 14:30 jump to burn sora	13:30 ~ 14:30 Pilates Workout Cocono.H	13:30 ~ 14:30 Back & Arm 🌿 runa	13:30 ~ 14:30 Waist 🌿 runa	13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning 🌿 Cocono.H
	15:00 ~ 16:00 Basic 🌿 runa		15:00 ~ 16:00 Animal Stretch pure	15:00 ~ 16:00 Hip & Leg 🌿 Cocono.H		15:00 ~ 16:00 Power up Control pure	
			16:30 ~ 17:30 Waist 🌿 sora	16:30 ~ 17:30 jump to burn Airi			
			18:00 ~ 19:00 Pilates Cardio pure	18:00 ~ 19:00 Hip Punch pure			
	17:00 ~ 18:00 Hip & Leg 🌿 Airi	17:00 ~ 18:00 jump to burn runa	19:30 ~ 20:30 Basic 🌿 Rikako.Y		17:00 ~ 18:00 Waist 🌿 runa	17:00 ~ 18:00 Hip & Leg 🌿 runa	17:00 ~ 18:00 Pilates Barre Cocono.H
18:30 ~ 19:30 Shape up waist Airi	18:30 ~ 19:30 Release&Strength pure	18:30 ~ 19:30 Hip & Leg 🌿 Cocono.H			18:30 ~ 19:30 Shape up waist Airi	18:30 ~ 19:30 Basic 🌿 Rikako.Y	18:30 ~ 19:30 Hip Punch pure
20:00 ~ 21:00 Basic 🌿 Rikako.Y	20:00 ~ 21:00 Body Balance Airi	20:00 ~ 21:00 Waist 🌿 Cocono.H			20:00 ~ 21:00 Basic 🌿 runa	20:00 ~ 21:00 jump to burn runa	20:00 ~ 21:00 Basic 🌿 Rikako.Y

🌿：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。

pilates K 広島店

【 07/17 ~ 07/24 】 スケジュール

2025/07/04 更新

07/17	07/18	07/19	07/20	07/21	07/22	07/23	07/24
木	金	土	日	月	火	水	木
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Basic 🍃	Back & Spine	Waist 🍃	Basic 🍃	jump to burn	Basic 🍃	Pilates Workout	Advance
runa	Cocono.H	Rio	Airi	Airi	Rikako.Y	pure	Hikari
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00
Back & Spine	Basic 🍃	Stretch & Conditioning 🍃	Waist 🍃	Basic 🍃	Hip & Leg 🍃	Basic 🍃	jump to burn
Cocono.H	Rikako.Y	Cocono.H	Nanami	Rikako.Y	Airi	Rikako.Y	Airi
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30
Back & Arm 🍃	Waist 🍃	jump to burn	Release&Strength	Hip & Leg 🍃	Power up Control	Back & Spine	Pilates Cardio
runa	Cocono.H	Rio	pure	Airi	pure	Cocono.H	pure
15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00
Hip & Leg 🍃		Back & Spine	Shape up waist	Animal Stretch	Basic 🍃		Basic 🍃
runa		Cocono.H	Nanami	pure	Rikako.Y		Airi
		16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30			
		Back & Arm 🍃	Pilates Barre	Body Balance			
		Rio	Airi	Airi			
		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			
		Basic 🍃	Pilates Cardio	Basic 🍃			
		Rikako.Y	pure	Rikako.Y			
17:00 ~ 18:00	17:00 ~ 18:00	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	17:00 ~ 18:00		17:00 ~ 18:00
Pilates Workout	Pilates Barre	Hip & Leg 🍃		Power up Control	Pilates Barre		Hip Punch
Cocono.H	Airi	Cocono.H		pure	Airi		pure
18:30 ~ 19:30	18:30 ~ 19:30				18:30 ~ 19:30	18:30 ~ 19:30	18:30 ~ 19:30
Body Balance	Pilates Workout				Back & Arm 🍃	Advance	Reset Flow
Airi	pure				pure	Cocono.H	Hikari
20:00 ~ 21:00	20:00 ~ 21:00				20:00 ~ 21:00	20:00 ~ 21:00	20:00 ~ 21:00
Hip & Leg 🍃	Basic 🍃				Animal Stretch	Shape up waist	Hip & Leg 🍃
Airi	Airi				Airi	Airi	Airi

pilates K 広島店

【 07/25 ~ 07/31 】 スケジュール

2025/07/04 更新

07/25	07/26	07/27	07/28	07/29	07/30	07/31
金	土	日	月	火	水	木
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Power up Control	Body Balance	Back & Arm 🍃	Pilates Barre	Back & Spine	Basic 🍃	Reset Flow
Rio	Airi	Natsuki.F	Airi	Cocono.H	Cocono.H	Hikari
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00
Waist 🍃	Basic 🍃	Hip & Leg 🍃	Pilates Workout	Back & Arm 🍃	Animal Stretch	Hip & Leg 🍃
Cocono.H	Rikako.Y	Airi	Cocono.H	pure	Airi	Cocono.H
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30
Body Balance	Hip & Leg 🍃	Basic 🍃	Body Balance	Waist 🍃	Advance	Shape up waist
Rio	Airi	Natsuki.F	Airi	Cocono.H	Cocono.H	Airi
	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00
	Advance	Animal Stretch		Shape up waist		Pilates Barre
	Hikari	Airi		sora		Cocono.H
	16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30				
	jump to burn	Basic 🍃				
	Airi	Rikako.Y				
	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00				
	Basic 🍃	Waist 🍃				
	Rikako.Y	Natsuki.F				
17:00 ~ 18:00	19:30 ~ 20:30		17:00 ~ 18:00	17:00 ~ 18:00	17:00 ~ 18:00	17:00 ~ 18:00
Back & Spine	Reset Flow		Waist 🍃	Stretch & Conditioning 🍃	Pilates Cardio	Hip & Leg 🍃
Cocono.H	Hikari		Cocono.H	Cocono.H	pure	Airi
18:30 ~ 19:30			18:30 ~ 19:30	18:30 ~ 19:30	18:30 ~ 19:30	18:30 ~ 19:30
Basic 🍃			Basic 🍃	Advance	Hip & Leg 🍃	Back & Spine
Rikako.Y			Rikako.Y	sora	Airi	Cocono.H
20:00 ~ 21:00			20:00 ~ 21:00	20:00 ~ 21:00	20:00 ~ 21:00	20:00 ~ 21:00
Stretch & Conditioning 🍃			Hip & Leg 🍃	Pilates Workout	Release&Strength	Basic 🍃
Cocono.H			Airi	pure	pure	Rikako.Y

🍃 : 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時間前を切つて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。