

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

pilates K 広島店		【 07/09 ~ 07/16 】		スケジュール		2025/07/14 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	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
Pilates Barre Cocono.H	Power up Control pure	Basic 🍃 Rikako.Y	Hip & Leg 🍃 sora	Shape up waist Airi	Basic 🍃 Rikako.Y	Hip Punch pure	Hip & Leg 🍃 Cocono.H
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
Pilates Cardio runa	Waist 🍃 runa	Back & Arm 🍃 runa	Basic 🍃 Rikako.Y	Back & Arm 🍃 pure	Body Balance Airi	Basic 🍃 Rikako.Y	Pilates Cardio pure
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
Waist 🍃 Cocono.H	Animal Stretch pure	Pilates Barre Cocono.H	jump to burn sora	Pilates Workout Cocono.H	Back & Arm 🍃 Natsuki.F	Waist 🍃 runa	Stretch & Conditioning 🍃 Cocono.H
	15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00	
	Basic 🍃 runa		Animal Stretch pure	Hip & Leg 🍃 Cocono.H		Power up Control pure	
			16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30			
			Waist 🍃 sora	jump to burn Airi			
			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			
			Pilates Cardio pure	Hip Punch pure			
	17:00 ~ 18:00	17:00 ~ 18:00	19:30 ~ 20:30		17:00 ~ 18:00	17:00 ~ 18:00	17:00 ~ 18:00
	Hip & Leg 🍃 Airi	jump to burn runa	Basic 🍃 Rikako.Y		Waist 🍃 runa	Hip & Leg 🍃 runa	Pilates Barre Cocono.H
18:30 ~ 19:30	18:30 ~ 19:30	18:30 ~ 19:30			18:30 ~ 19:30	18:30 ~ 19:30	18:30 ~ 19:30
Shape up waist Airi	Release&Strength pure	Hip & Leg 🍃 Cocono.H			Shape up waist Airi	Basic 🍃 Rikako.Y	Hip Punch pure
20:00 ~ 21:00	20:00 ~ 21:00	20:00 ~ 21:00			20:00 ~ 21:00	20:00 ~ 21:00	20:00 ~ 21:00
Basic 🍃 Rikako.Y	Body Balance Airi	Waist 🍃 Cocono.H			Basic 🍃 runa	jump to burn runa	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

2025/07/14 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	Back & Arm 🍃
runa	Cocono.H	Rio	Airi	Airi	Rikako.Y	pure	pure
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	Natsuki.F	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	jump to burn	Animal Stretch	Basic 🍃		Basic 🍃
runa		Cocono.H	Natsuki.F	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	Waist 🍃
Airi	pure				pure	Cocono.H	Natsuki.F
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

2025/07/14 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 🍃	jump to burn
Rio	Airi	Natsuki.F	Airi	Cocono.H	Cocono.H	Natsuki.F
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
	Waist 🍃	Animal Stretch		Shape up waist		Pilates Barre
	Natsuki.F	Airi		sora		Cocono.H
	16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30				
	jump to burn	Basic 🍃				
	Airi	Airi				
	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	Back & Arm 🍃		Waist 🍃	Stretch & Conditioning 🍃	Pilates Cardio	Hip & Leg 🍃
Cocono.H	Natsuki.F		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			Cocono.H	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。