

pilates K 広島店		【 09/01 ~ 09/08 】		スケジュール		2025/08/23 更新	
09/01	09/02	09/03	09/04	09/05	09/06	09/07	09/08
月	火	水	木	金	土	日	月
close	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Tomomi.I	10:30 ~ 11:30 Back & Spine Cocono.H	10:30 ~ 11:30 Basic Airi	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Tomomi.I	10:30 ~ 11:30 Advance Cocono.H	10:30 ~ 11:30 Waist Natsuki.F	10:30 ~ 11:30 Animal Stretch pure
	12:00 ~ 13:00 Leg Lines Airi	12:00 ~ 13:00 Basic RIKAKO.Y	12:00 ~ 13:00 Back & Arm Tomomi.I	12:00 ~ 13:00 Basic RIKAKO.Y	12:00 ~ 13:00 Waist Cocono.H	12:00 ~ 13:00 Pilates Workout Cocono.H	12:00 ~ 13:00 Body Balance pure
	13:30 ~ 14:30 Basic pure	13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning Cocono.H	13:30 ~ 14:30 jump to burn Natsuki.F	13:30 ~ 14:30 Pilates Cardio pure	13:30 ~ 14:30 Back & Arm Tomomi.I	13:30 ~ 14:30 jump to burn Natsuki.F	13:30 ~ 14:30 Basic RIKAKO.Y
	15:00 ~ 16:00 Body Balance Airi		15:00 ~ 16:00 Animal Stretch Airi		15:00 ~ 16:00 Back & Spine Cocono.H	15:00 ~ 16:00 Basic RIKAKO.Y	
					16:30 ~ 17:30 Basic RIKAKO.Y	16:30 ~ 17:30 Leg Lines Airi	
					18:00 ~ 19:00 Pilates Barre Airi	18:00 ~ 19:00 Shape up waist Airi	
	17:00 ~ 18:00 Hip Punch pure	17:00 ~ 18:00 Basic RIKAKO.Y	17:00 ~ 18:00 Back & Arm Natsuki.F	17:00 ~ 18:00 Release&Strength pure	19:30 ~ 20:30 Back & Arm RIKAKO.Y		17:00 ~ 18:00 Hip & Leg Airi
	18:30 ~ 19:30 Back & Arm Tomomi.I	18:30 ~ 19:30 Pilates Cardio pure	18:30 ~ 19:30 Waist Natsuki.F	18:30 ~ 19:30 Basic RIKAKO.Y			18:30 ~ 19:30 Basic RIKAKO.Y
	20:00 ~ 21:00 Power up Control pure	20:00 ~ 21:00 Waist Cocono.H	20:00 ~ 21:00 Leg Lines Airi	20:00 ~ 21:00 Hip Punch pure			20:00 ~ 21:00 Shape up waist Airi

pilates K 広島店		【 09/09 ~ 09/16 】		スケジュール		2025/08/23 更新	
09/09	09/10	09/11	09/12	09/13	09/14	09/15	09/16
火	水	木	金	土	日	月	火
10:30 ~ 11:30 Power up Control pure	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Tomomi.I	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Airi	10:30 ~ 11:30 jump to burn Natsuki.F	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre Cocono.H	10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio pure	10:30 ~ 11:30 Hip Punch pure	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Tomomi.I
12:00 ~ 13:00 Back & Arm Tomomi.I	12:00 ~ 13:00 Body Balance pure	12:00 ~ 13:00 Animal Stretch Airi	12:00 ~ 13:00 Pilates Barre Cocono.H	12:00 ~ 13:00 Power up Control pure	12:00 ~ 13:00 Basic Natsuki.F	12:00 ~ 13:00 Release&Strength pure	12:00 ~ 13:00 Body Balance Airi
13:30 ~ 14:30 Hip Punch pure	13:30 ~ 14:30 Leg Lines Airi	13:30 ~ 14:30 Back & Arm Tomomi.I	13:30 ~ 14:30 Waist Natsuki.F	13:30 ~ 14:30 Back & Spine Cocono.H	13:30 ~ 14:30 Leg Lines Airi	13:30 ~ 14:30 Shape up waist Airi	13:30 ~ 14:30 Basic RIKAKO.Y
15:00 ~ 16:00 Basic Natsuki.F		15:00 ~ 16:00 Pilates Workout pure		15:00 ~ 16:00 Release&Strength pure	15:00 ~ 16:00 Waist Natsuki.F	15:00 ~ 16:00 Basic RIKAKO.Y	15:00 ~ 16:00 Shape up waist Airi
				16:30 ~ 17:30 Waist Natsuki.F	16:30 ~ 17:30 Animal Stretch pure	16:30 ~ 17:30 Pilates Cardio pure	
				18:00 ~ 19:00 Hip Punch pure	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Airi	18:00 ~ 19:00 Body Balance Airi	
17:00 ~ 18:00 Waist Cocono.H		17:00 ~ 18:00 Basic RIKAKO.Y	17:00 ~ 18:00 Stretch & Conditioning Cocono.H	19:30 ~ 20:30 Basic Natsuki.F		19:30 ~ 20:30 Basic RIKAKO.Y	17:00 ~ 18:00 Leg Lines Airi
18:30 ~ 19:30 Pilates Workout Cocono.H	18:30 ~ 19:30 Basic RIKAKO.Y	18:30 ~ 19:30 Hip & Leg pure	18:30 ~ 19:30 Advance Cocono.H				18:30 ~ 19:30 Pilates Barre Cocono.H
20:00 ~ 21:00 jump to burn Natsuki.F	20:00 ~ 21:00 Pilates Barre Cocono.H	20:00 ~ 21:00 Back & Arm RIKAKO.Y	20:00 ~ 21:00 Basic RIKAKO.Y				20:00 ~ 21:00 Advance 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週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。

pilates K 広島店

【 09/17 ~ 09/24 】 スケジュール

2025/08/23 更新

09/17	09/18	09/19	09/20	09/21	09/22	09/23	09/24
水	木	金	土	日	月	火	水
10:30 ~ 11:30 Hip Punch pure	10:30 ~ 11:30 Back & Arm 🍃 RIKAKO.Y	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre Airi	10:30 ~ 11:30 Leg Lines Airi	10:30 ~ 11:30 Advance Cocono.H	10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio pure	10:30 ~ 11:30 Reset Flow Hikari	10:30 ~ 11:30 Shape up waist Airi
12:00 ~ 13:00 Back & Arm 🍃 Tomomi.I	12:00 ~ 13:00 Basic 🍃 RIKAKO.Y	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg 🍃 Airi	12:00 ~ 13:00 Reset Flow Natsuki.F	12:00 ~ 13:00 Pilates Barre Airi	12:00 ~ 13:00 Basic 🍃 RIKAKO.Y	12:00 ~ 13:00 Back & Arm 🍃 RIKAKO.Y	12:00 ~ 13:00 Basic 🍃 RIKAKO.Y
13:30 ~ 14:30 jump to burn Natsuki.F	13:30 ~ 14:30 Leg Lines Airi	13:30 ~ 14:30 Back & Arm 🍃 Tomomi.I	13:30 ~ 14:30 Body Balance Airi	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg 🍃 Cocono.H	13:30 ~ 14:30 Hip Punch pure	13:30 ~ 14:30 Animal Stretch Hikari	13:30 ~ 14:30 Pilates Workout pure
	15:00 ~ 16:00 Pilates Barre Airi		15:00 ~ 16:00 Hip & Leg 🍃 pure	15:00 ~ 16:00 Shape up waist Airi		15:00 ~ 16:00 Shape up waist Airi	
			16:30 ~ 17:30 Basic 🍃 Natsuki.F	16:30 ~ 17:30 Stretch & Conditioning 🍃 Cocono.H		16:30 ~ 17:30 Hip & Leg 🍃 Hikari	
			18:00 ~ 19:00 Release&Strength pure	18:00 ~ 19:00 Back & Arm 🍃 Tomomi.I		18:00 ~ 19:00 Leg Lines Airi	
17:00 ~ 18:00 Basic 🍃 pure	17:00 ~ 18:00 Animal Stretch pure	17:00 ~ 18:00 Power up Control pure	19:30 ~ 20:30 jump to burn Natsuki.F		17:00 ~ 18:00 Hip & Leg 🍃 pure	19:30 ~ 20:30 Back & Arm 🍃 Tomomi.I	
18:30 ~ 19:30 Release&Strength pure	18:30 ~ 19:30 Waist 🍃 Natsuki.F	18:30 ~ 19:30 Basic 🍃 RIKAKO.Y			18:30 ~ 19:30 Basic 🍃 RIKAKO.Y		18:30 ~ 19:30 Power up Control Cocono.H
20:00 ~ 21:00 Waist 🍃 Natsuki.F	20:00 ~ 21:00 Basic 🍃 Natsuki.F	20:00 ~ 21:00 Body Balance pure			20:00 ~ 21:00 Back & Arm 🍃 Tomomi.I		20:00 ~ 21:00 Waist 🍃 Tomomi.I

pilates K 広島店

【 09/25 ~ 10/01 】 スケジュール

2025/08/23 更新

09/25	09/26	09/27	09/28	09/29	09/30	10/01
木	金	土	日	月	火	水
10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 RIKAKO.Y	10:30 ~ 11:30 Back & Arm 🍃 Tomomi.I	10:30 ~ 11:30 Power up Control Cocono.H	10:30 ~ 11:30 Waist 🍃 Tomomi.I	10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio pure	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg 🍃 pure	
12:00 ~ 13:00 Leg Lines Airi	12:00 ~ 13:00 jump to burn Natsuki.F	12:00 ~ 13:00 Back & Arm 🍃 Tomomi.I	12:00 ~ 13:00 Animal Stretch Airi	12:00 ~ 13:00 Animal Stretch Airi	12:00 ~ 13:00 Shape up waist Airi	
13:30 ~ 14:30 Hip & Leg 🍃 Airi	13:30 ~ 14:30 Waist 🍃 Tomomi.I	13:30 ~ 14:30 Back & Spine Cocono.H	13:30 ~ 14:30 Reset Flow Natsuki.F	13:30 ~ 14:30 Basic 🍃 RIKAKO.Y	13:30 ~ 14:30 Release&Strength pure	
15:00 ~ 16:00 Hip Punch pure		15:00 ~ 16:00 Reset Flow Natsuki.F	15:00 ~ 16:00 Back & Arm 🍃 Tomomi.I		15:00 ~ 16:00 Leg Lines Airi	
		16:30 ~ 17:30 Hip & Leg 🍃 Cocono.H	16:30 ~ 17:30 Basic 🍃 Natsuki.F			
		18:00 ~ 19:00 jump to burn Natsuki.F	18:00 ~ 19:00 Pilates Barre Airi			
17:00 ~ 18:00 Reset Flow Hikari	17:00 ~ 18:00 Waist 🍃 Natsuki.F	19:30 ~ 20:30 Basic 🍃 RIKAKO.Y		17:00 ~ 18:00 Basic 🍃 RIKAKO.Y	17:00 ~ 18:00 Pilates Workout Cocono.H	
18:30 ~ 19:30 Back & Spine Cocono.H	18:30 ~ 19:30 Body Balance pure			18:30 ~ 19:30 Back & Spine Cocono.H	18:30 ~ 19:30 Waist 🍃 Cocono.H	
20:00 ~ 21:00 Pilates Cardio Hikari	20:00 ~ 21:00 Reset Flow Natsuki.F			20:00 ~ 21:00 Advance Cocono.H	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時間前迄を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。