

pilatesK 広島店

【 02/01 ~ 02/08 】 スケジュール

2026/02/18 更新

02/01	02/02	02/03	02/04	02/05	02/06	02/07	02/08
日	月	火	水	木	金	土	日
10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio Airi	close	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Tomomi.I	10:30 ~ 11:30 Reset Flow	10:30 ~ 11:30 Waist Rio.k	10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio Airi	10:30 ~ 11:30 Advance Cocono.H	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Tomomi.I
12:00 ~ 13:00 Waist Rio.k		12:00 ~ 13:00 Basic Rio.k	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Tomomi.I	12:00 ~ 13:00 Leg Lines Airi	12:00 ~ 13:00 Back & Arm Tomomi.I	12:00 ~ 13:00 Basic RIKAKO.Y	12:00 ~ 13:00 Pilates Workout Cocono.H
13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Airi		13:30 ~ 14:30 Waist Tomomi.I	13:30 ~ 14:30 Shape up waist Airi	13:30 ~ 14:30 Basic Rio.k	13:30 ~ 14:30 Leg Lines Airi	13:30 ~ 14:30 Back & Spine Cocono.H	13:30 ~ 14:30 Body Balance RIKAKO.Y
15:00 ~ 16:00 Basic Rio.k		15:00 ~ 16:00 Body Balance RIKAKO.Y	close	15:00 ~ 16:00 jump to burn Airi	close	15:00 ~ 16:00 Hip & Leg RIKAKO.Y	15:00 ~ 16:00 Stretch & Conditioning Cocono.H
16:30 ~ 17:30 Pilates Barre Airi		close		close		close	16:30 ~ 17:30 Shape up waist Cocono.H
18:00 ~ 19:00 Release&Strength Rio.k			close		close		close
		17:00 ~ 18:00 Back & Arm Rio.k		17:00 ~ 18:00 Basic RIKAKO.Y		17:00 ~ 18:00 Animal Stretch Airi	
		18:30 ~ 19:30 Stretch & Conditioning RIKAKO.Y	18:30 ~ 19:30 Waist Tomomi.I	18:30 ~ 19:30 Back & Spine Cocono.H	18:30 ~ 19:30 Release&Strength Tomomi.I		
		20:00 ~ 21:00 Pilates Barre Rio.k	20:00 ~ 21:00 Body Balance RIKAKO.Y	20:00 ~ 21:00 Advance Cocono.H	20:00 ~ 21:00 Basic RIKAKO.Y		
			17:00 ~ 18:00 Back & Arm Rio.k	17:00 ~ 18:00 Basic RIKAKO.Y	17:00 ~ 18:00 Animal Stretch Airi	17:00 ~ 18:00 Hip & Leg RIKAKO.Y	19:30 ~ 20:30 Basic Cocono.H
			18:30 ~ 19:30 Stretch & Conditioning RIKAKO.Y	18:30 ~ 19:30 Waist Tomomi.I	18:30 ~ 19:30 Back & Spine Cocono.H	18:30 ~ 19:30 Release&Strength Tomomi.I	
			20:00 ~ 21:00 Pilates Barre Rio.k	20:00 ~ 21:00 Body Balance RIKAKO.Y	20:00 ~ 21:00 Advance Cocono.H	20:00 ~ 21:00 Basic RIKAKO.Y	

pilatesK 広島店

【 02/09 ~ 02/16 】 スケジュール

02/09	02/10	02/11	02/12	02/13	02/14	02/15	02/16
月	火	水	木	金	土	日	月
10:30 ~ 11:30 Back & Spine Cocono.H	10:30 ~ 11:30 Waist Rio.k	10:30 ~ 11:30 Back & Spine Cocono.H	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre Rio.k	10:30 ~ 11:30 Shape up waist Airi	10:30 ~ 11:30 Basic Rio.k	10:30 ~ 11:30 Waist Cocono.H	10:30 ~ 11:30 Basic Rio.k
12:00 ~ 13:00 Basic Cocono.H	12:00 ~ 13:00 Release&Strength Tomomi.I	12:00 ~ 13:00 Pilates Barre Airi	12:00 ~ 13:00 Basic Mashiro.I	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg RIKAKO.Y	12:00 ~ 13:00 Reset Flow Airi	12:00 ~ 13:00 Back & Arm RIKAKO.Y	12:00 ~ 13:00 Power up Control Cocono.H
13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Tomomi.I	13:30 ~ 14:30 Basic Rio.k	13:30 ~ 14:30 Waist Cocono.H	13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning Mashiro.I	13:30 ~ 14:30 Basic Airi	13:30 ~ 14:30 Waist Rio.k	13:30 ~ 14:30 Advance Cocono.H	13:30 ~ 14:30 Waist Rio.k
close	15:00 ~ 16:00 Back & Arm Tomomi.I	15:00 ~ 16:00 Reset Flow Airi	15:00 ~ 16:00 Waist Rio.k	close	15:00 ~ 16:00 Leg Lines Airi	15:00 ~ 16:00 Hip & Leg RIKAKO.Y	close
	close	16:30 ~ 17:30 Shape up waist Cocono.H	close		16:30 ~ 17:30 Back & Arm Tomomi.I	16:30 ~ 17:30 Back & Spine Cocono.H	
		18:00 ~ 19:00 Leg Lines Airi			18:00 ~ 19:00 jump to burn Airi	18:00 ~ 19:00 Basic RIKAKO.Y	
		17:00 ~ 18:00 jump to burn Airi			19:30 ~ 20:30 Basic Cocono.H	17:00 ~ 18:00 Basic RIKAKO.Y	
18:30 ~ 19:30 Pilates Cardio Airi	18:30 ~ 19:30 Hip & Leg Tomomi.I		18:30 ~ 19:30 Back & Arm Rio.k	18:30 ~ 19:30 Body Balance RIKAKO.Y			18:30 ~ 19:30 Shape up waist Cocono.H
20:00 ~ 21:00 Waist Rio.k	20:00 ~ 21:00 Reset Flow Airi		20:00 ~ 21:00 Stretch & Conditioning RIKAKO.Y	20:00 ~ 21:00 Power up Control Cocono.H			20:00 ~ 21:00 Release&Strength Tomomi.I

👉：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。

pilatesK 広島店

【 02/17 ~ 02/24 】 スケジュール

2026/02/18 更新

02/17	02/18	02/19	02/20	02/21	02/22	02/23	02/24
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	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Back & Arm	Reset Flow	Hip & Leg	Back & Spine	Pilates Workout	Basic	Shape up waist	Basic
Tomomi.I	Airi	Riri.O	Cocono.H	Cocono.H	RIKAKO.Y	Cocono.H	Airi
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
Basic	Stretch & Conditioning	Back & Arm	Animal Stretch	Release&Strength	Waist	Hip & Leg	Pilates Barre
Rio.k	Cocono.H	Riri.O	Airi	Rio.k	Tomomi.I	Tomomi.I	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
Hip & Leg	Leg Lines	Basic	Pilates Barre	Back & Spine	Back & Arm	Basic	Back & Arm
Tomomi.I	Airi	RIKAKO.Y	Cocono.H	Cocono.H	RIKAKO.Y	Cocono.H	Rio.k
15:00 ~ 16:00	close	15:00 ~ 16:00	close	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00
Pilates Barre		Release&Strength		Basic	Reset Flow	Back & Arm	Waist
Rio.k		Tomomi.I		Rio.k	Airi	Tomomi.I	Rio.k
close		close		close	close	close	close
16:30 ~ 17:30				16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30	
				Waist	Hip & Leg	Power up Control	
				Cocono.H	Tomomi.I	Cocono.H	
18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
				Back & Arm	Animal Stretch	Release&Strength	
				Rio.k	Airi	Tomomi.I	
17:00 ~ 18:00	17:00 ~ 18:00	17:00 ~ 18:00	17:00 ~ 18:00	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	17:00 ~ 18:00
Waist	Back & Arm	Basic	Reset Flow	Basic		Back & Spine	Leg Lines
Rio.k	Tomomi.I	RIKAKO.Y	Airi	Cocono.H		Cocono.H	Airi
18:30 ~ 19:30	18:30 ~ 19:30	18:30 ~ 19:30	18:30 ~ 19:30				18:30 ~ 19:30
Body Balance	Pilates Workout	Hip & Leg	Leg Lines				Basic
RIKAKO.Y	Cocono.H	Tomomi.I	Airi				Rio.k
20:00 ~ 21:00	20:00 ~ 21:00	20:00 ~ 21:00	20:00 ~ 21:00				20:00 ~ 21:00
Basic	Hip & Leg	Body Balance	Back & Arm				Pilates Cardio
RIKAKO.Y	Tomomi.I	RIKAKO.Y	RIKAKO.Y				Airi

pilatesK 広島店

【 02/25 ~ 02/28 】 スケジュール

02/25	02/26	02/27	02/28
水	木	金	土
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Body Balance	Basic	Hip & Leg	Leg Lines
RIKAKO.Y	Misaki.j	RIKAKO.Y	Airi
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00
Back & Arm	Hip & Leg	Advance	Back & Arm
Tomomi.I	RIKAKO.Y	Cocono.H	Tomomi.I
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30
Pilates Workout	jump to burn	Basic	Pilates Cardio
Cocono.H	Misaki.j	RIKAKO.Y	Airi
close	15:00 ~ 16:00	close	15:00 ~ 16:00
	Stretch & Conditioning		Hip & Leg
	RIKAKO.Y		Tomomi.I
	close		close
			16:30 ~ 17:30
			Basic
			Rio.k
			18:00 ~ 19:00
			Back & Spine
			Cocono.H
	17:00 ~ 18:00	17:00 ~ 18:00	19:30 ~ 20:30
	Basic	Back & Arm	Pilates Barre
	Rio.k	Rio.k	Rio.k
18:30 ~ 19:30	18:30 ~ 19:30	18:30 ~ 19:30	
Leg Lines	Body Balance	Basic	
Airi	RIKAKO.Y	Rio.k	
20:00 ~ 21:00	20:00 ~ 21:00	20:00 ~ 21:00	
Basic	Pilates Barre	Shape up waist	
Rio.k	Rio.k	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。