

pilatesK 広島店		【 02/01 ~ 02/08 】 スケジュール						2026/02/07 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	close	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 Cardio		Hip & Leg 🌿	Reset Flow	Waist 🌿	Pilates Cardio	Advance	Hip & Leg 🌿				
Airi		Tomomi.I	Airi	Rio.k	Airi	Cocono.H	Tomomi.I				
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 🌿	Leg Lines	Back & Arm 🌿	Basic 🌿	Pilates Workout				
Rio.k		Rio.k	Tomomi.I	Airi	Tomomi.I	RIKAKO.Y	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				
Hip & Leg 🌿		Waist 🌿	Shape up waist	Basic 🌿	Leg Lines	Back & Spine	Body Balance				
Airi		Tomomi.I	Airi	Rio.k	Airi	Cocono.H	RIKAKO.Y				
15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00	close	15:00 ~ 16:00	close	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00				
Basic 🌿		Body Balance		jump to burn		Hip & Leg 🌿	Stretch & Conditioning 🌿				
Rio.k		RIKAKO.Y		Airi		RIKAKO.Y	Cocono.H				
16:30 ~ 17:30		close		close		close	16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30			
Pilates Barre			Shape up waist		Basic 🌿						
Airi			Cocono.H		RIKAKO.Y						
18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00						
Release&Strength		close	close	close	close	Body Balance	Waist 🌿				
Rio.k						RIKAKO.Y	Tomomi.I				
						17:00 ~ 18:00	17:00 ~ 18:00	17:00 ~ 18:00	17:00 ~ 18:00	19:30 ~ 20:30	
						Back & Arm 🌿	Basic 🌿	Animal Stretch	Hip & Leg 🌿	Basic 🌿	
	Rio.k	RIKAKO.Y	Airi	RIKAKO.Y	Cocono.H						
	18:30 ~ 19:30	18:30 ~ 19:30	18:30 ~ 19:30	18:30 ~ 19:30							
Stretch & Conditioning 🌿	Waist 🌿	Back & Spine	Release&Strength								
RIKAKO.Y	Tomomi.I	Cocono.H	Tomomi.I								
20:00 ~ 21:00	20:00 ~ 21:00	20:00 ~ 21:00	20:00 ~ 21:00	20:00 ~ 21:00							
Pilates Barre	Body Balance	Advance	Basic 🌿								

- ※体験可能レッスン
- ※クラスの種類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。

pilatesK 広島店		【 02/17 ~ 02/24 】 スケジュール						2026/02/07 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	Hikari	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		15:00 ~ 16:00		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	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		
				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
	15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00
	Stretch & Conditioning 🌱		Hip & Leg 🌱
	RIKAKO.Y		Tomomi.I
			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。