

pilatesK 広島店

【 04/01 ~ 04/08 】 スケジュール

2026/03/13 更新

04/01	04/02	04/03	04/04	04/05	04/06	04/07	04/08	
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	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
Reset Flow	Basic	Pilates Barre	jump to burn	Body Balance		Pre Basic	Basic	
Airi	Tomomi.I	Cocono.H	Airi	Airi		Airi	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	
Basic	Body Balance	Back&Arm	Pre Basic	Basic		Pilates Barre	Waist	
Cocono.H	Airi	Anna.S	Airi	Tomomi.I		Rio.k	Rio.k	
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	
jump to burn	Hip&Leg	Basic	Back&Arm	Reset Flow		Body Balance	Pilates Workout	
Airi	Tomomi.I	Cocono.H	Anna.S	Airi		Airi	Cocono.H	
close	15:00 ~ 16:00	close	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	close
	Pre Basic		Body Balance	Waist		Waist		
	Airi		Airi	Rio.k		Rio.k		
	close		16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30		Pilates Barre		
			Pilates Workout					
			Cocono.H					
			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00				
			Back&Arm	Hip&Leg				
			Anna.S	Tomomi.I				
17:00 ~ 18:00	17:00 ~ 18:00	17:00 ~ 18:00	19:30 ~ 20:30		17:00 ~ 18:00	17:00 ~ 18:00		
Back&Spine	Reset Flow	Release&Strength	Stretch&Conditioning		Waist	Hip&Leg		
Cocono.H	Airi	Rio.k	Cocono.H		Tomomi.I	Tomomi.I		
18:30 ~ 19:30	18:30 ~ 19:30	18:30 ~ 19:30			18:30 ~ 19:30	18:30 ~ 19:30		
Back&Arm	Basic	Hip&Leg			Basic	Release&Strength		
Anna.S	Rio.k	Tomomi.I			Rio.k	Tomomi.I		
20:00 ~ 21:00	20:00 ~ 21:00	20:00 ~ 21:00			20:00 ~ 21:00	20:00 ~ 21:00		
Pilates Workout	Waist	Basic			Hip&Leg	Back&Arm		
Cocono.H	Rio.k	Rio.k			Tomomi.I	Anna.S		

pilatesK 広島店

【 04/09 ~ 04/16 】 スケジュール

04/09	04/10	04/11	04/12	04/13	04/14	04/15	04/16	
木	金	土	日	月	火	水	木	
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
jump to burn	Shape up waist	Basic	Pilates Workout		Pilates Barre	Hip&Leg	Basic	
Airi	Airi	Rio.k	Cocono.H		Rio.k	Tomomi.I	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	
Advance	Basic	Power up Control	Waist		Power up Control	Basic	Release&Strength	
Cocono.H	Tomomi.I	Cocono.H	Tomomi.I		Cocono.H	Rio.k	Tomomi.I	
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	Reset Flow	Release&Strength	Hip&Leg		Basic	Shape up waist	Pilates Barre	
Airi	Airi	Rio.k	Cocono.H		Rio.k	Cocono.H	Rio.k	
15:00 ~ 16:00	close	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00
Back&Spine		Hip&Leg	Back&Arm		Advance	Waist	Hip&Leg	
Cocono.H		Tomomi.I	Anna.S		Cocono.H	Tomomi.I	Tomomi.I	
		16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30			17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	close
	Back&Spine	Basic			Back&Arm	Pilates Barre		
	Cocono.H	Tomomi.I			Anna.S	Rio.k		
	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00						
		Waist	Shape up waist					
		Tomomi.I	Cocono.H					
17:00 ~ 18:00	17:00 ~ 18:00	19:30 ~ 20:30					17:00 ~ 18:00	
Power up Control	Back&Arm	Advance					Basic	
Cocono.H	Anna.S	Cocono.H					Rio.k	
18:30 ~ 19:30	18:30 ~ 19:30						18:30 ~ 19:30	
Back&Arm	Basic						Waist	
Anna.S	Tomomi.I						Rio.k	
20:00 ~ 21:00	20:00 ~ 21:00						20:00 ~ 21:00	
Pre Basic	Waist						Back&Arm	
Airi	Tomomi.I						Anna.S	

👉：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		【 04/17 ~ 04/24 】 スケジュール						2026/03/13 更新
04/17	04/18	04/19	04/20	04/21	04/22	04/23	04/24	
金	土	日	月	火	水	木	金	
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	
Advance Cocono.H	Hip & Leg Tomomi.I	Stretch & Conditioning Cocono.H	Reset Flow Airi	Basic Tomomi.I	Waist Tomomi.I	Pilates Barre Rio.k	Pilates Workout 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	
Hip & Leg Airi	Pilates Workout Cocono.H	Pre Basic Airi	Body Balance Airi	Hip & Leg Tomomi.I	Back & Arm Anna.S	Hip & Leg Tomomi.I	Back & Spine 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	13:30 ~ 14:30	
Stretch & Conditioning Cocono.H	Basic Tomomi.I	Back & Spine Cocono.H	Back & Arm Anna.S	Shape up waist Cocono.H	Basic Tomomi.I	Waist Rio.k	Basic Rio.k	
close	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	close	15:00 ~ 16:00	close	15:00 ~ 16:00	close	
	Back & Spine Cocono.H	Hip & Leg Airi		Release & Strength Tomomi.I		Pre Basic Airi		
	16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30		close		close		close
	Pre Basic Airi	Power up Control Cocono.H						
	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00						
	Back & Arm Anna.S	Body Balance Airi						
19:30 ~ 20:30		17:00 ~ 18:00	17:00 ~ 18:00	17:00 ~ 18:00	17:00 ~ 18:00	17:00 ~ 18:00		
Reset Flow Airi		Pre Basic Airi	Back & Arm Anna.S	Shape up waist Airi	Waist Rio.k	Body Balance Airi		
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			Power up Control Cocono.H	Back & Spine Cocono.H	Back & Arm Anna.S	Reset Flow Airi	Basic Rio.k	
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 Rio.k			Back & Spine Cocono.H	Advance Cocono.H	Body Balance Airi	jump to burn Airi	Shape up waist Airi	

pilatesK 広島店		【 04/25 ~ 04/30 】 スケジュール				
04/25	04/26	04/27	04/28	04/29	04/30	
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	
Release & Strength Tomomi.I	Hip & Leg Tomomi.I	Release & Strength Rio.k	jump to burn Airi	Basic Rio.k	Hip & Leg 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	
Basic Tomomi.I	Back & Spine Cocono.H	Pre Basic Airi	Waist Rio.k	Pilates Barre Rio.k	Reset Flow 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	
Back & Arm Anna.S	Basic Tomomi.I	Waist Rio.k	Body Balance Airi	Back & Arm Anna.S	Pre Basic Airi	
15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	close	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	
Waist Tomomi.I	Shape up waist Cocono.H		Basic Rio.k	Shape up waist Cocono.H	Basic Rio.k	
16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30		close	close	16:30 ~ 17:30	close
Pilates Barre Rio.k	Back & Arm Anna.S				Waist Rio.k	
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00	
Basic Rio.k	Release & Strength Tomomi.I		Power up Control Cocono.H			
19:30 ~ 20:30		17:00 ~ 18:00	19:30 ~ 20:30	17:00 ~ 18:00		
Back & Arm Anna.S		Waist Rio.k	Stretch & Conditioning Cocono.H	Hip & Leg Tomomi.I		
		18:30 ~ 19:30	18:30 ~ 19:30		18:30 ~ 19:30	
		Reset Flow Airi	Release & Strength Tomomi.I		Waist Rio.k	
		20:00 ~ 21:00	20:00 ~ 21:00		20:00 ~ 21:00	
		Basic Tomomi.I	Pre Basic Airi		Pilates Barre Rio.k	

👉 : 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。