

pilatesK 広島店

【 06/01 ~ 06/08 】 スケジュール

2024/06/14 更新

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

pilatesK 広島店

【 06/09 ~ 06/16 】 スケジュール

06/09	06/10	06/11	06/12	06/13	06/14	06/15	06/16
火	水	木	金	土	日	月	火
10:30 ~ 11:30 Hip&Leg Airi	10:30 ~ 11:30 Release&Strength Tomomi.I	10:30 ~ 11:30 Basic RIKAKO.Y	10:30 ~ 11:30 Hip&Leg Tomomi.I	10:30 ~ 11:30 Back&Arm Anna.S	10:30 ~ 11:30 Pre Basic Airi	10:30 ~ 11:30 Back&Arm Anna.S	10:30 ~ 11:30 Basic Cocono.H
12:00 ~ 13:00 Back&Spine Cocono.H	12:00 ~ 13:00 Reset Flow Airi	12:00 ~ 13:00 Hip&Leg Tomomi.I	12:00 ~ 13:00 Hip Punch RIKAKO.Y	12:00 ~ 13:00 Release&Strength Tomomi.I	12:00 ~ 13:00 Back&Spine Cocono.H	12:00 ~ 13:00 jump to burn 未定	12:00 ~ 13:00 Waist Anna.S
13:30 ~ 14:30 Basic Airi	13:30 ~ 14:30 Hip Punch RIKAKO.Y	13:30 ~ 14:30 Body Balance RIKAKO.Y	13:30 ~ 14:30 Basic Tomomi.I	13:30 ~ 14:30 Waist Anna.S	13:30 ~ 14:30 Basic Airi	13:30 ~ 14:30 Basic Tomomi.I	13:30 ~ 14:30 Back&Spine Cocono.H
close	close	close	close	15:00 ~ 16:00 Shape up waist Cocono.H	15:00 ~ 16:00 Hip&Leg Tomomi.I	15:00 ~ 16:00 Power up Control Cocono.H	close
				16:30 ~ 17:30 Pilates Barre Cocono.H	16:30 ~ 17:30 Reset Flow Airi		
				18:00 ~ 19:00 Basic Tomomi.I	18:00 ~ 19:00 Waist Anna.S		
17:00 ~ 18:00 Back&Arm Anna.S		17:00 ~ 18:00 Waist Tomomi.I	17:00 ~ 18:00 Basic Cocono.H	19:30 ~ 20:30 Shape up waist Cocono.H		17:00 ~ 18:00 Pilates Workout Cocono.H	17:00 ~ 18:00 Basic Tomomi.I
18:30 ~ 19:30 Power up Control Cocono.H	18:30 ~ 19:30 Basic RIKAKO.Y	18:30 ~ 19:30 jump to burn Airi	18:30 ~ 19:30 Body Balance RIKAKO.Y			18:30 ~ 19:30 Waist Tomomi.I	18:30 ~ 19:30 Shape up waist Cocono.H
20:00 ~ 21:00 Waist Anna.S	20:00 ~ 21:00 Back&Spine Cocono.H	20:00 ~ 21:00 Back&Arm Anna.S	20:00 ~ 21:00 Pilates Workout Cocono.H			20:00 ~ 21:00 Pilates Barre Cocono.H	20:00 ~ 21:00 Hip&Leg Tomomi.I

・休館可能レッスン
 ・クラスの個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週間前までにお申し込みしております。
 ・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

【 06/17 ~ 06/24 】 スケジュール

2026/05/14 更新

06/17	06/18	06/19	06/20	06/21	06/22	06/23	06/24
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
Shape up waist	Reset Flow	Back&Arm	jump to burn	Release&Strength	Basic	Hip & Leg	Release&Strength
Airi	Airi	kana.K	Airi	Tomomi.I	Airi	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	12:00 ~ 13:00
Body Balance	Waist	Power up Control	Basic	Pilates Workout	Body Balance	Pilates Barre	Pilates Workout
RIKAKO.Y	Anna.S	Cocono.H	Kia	Cocono.H	Airi	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	13:30 ~ 14:30
Pre Basic	Pilates Barre	Hip & Leg	Reset Flow	Waist	Hip & Leg	Basic	Waist
Airi	Airi	kana.K	Airi	Anna.S	Tomomi.I	Tomomi.I	Anna.S
close	15:00 ~ 16:00	close	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	close	15:00 ~ 16:00	close
	Hip & Leg		Back & Spine	Pilates Barre		Power up Control	
	Tomomi.I		Kia	Cocono.H		miku	
	close		16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30		close	
			Back & Arm	Basic			
			Anna.S	Tomomi.I			
			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			
			Pre Basic	Back & Arm			
			Airi	Anna.S			
17:00 ~ 18:00	17:00 ~ 18:00	17:00 ~ 18:00	19:30 ~ 20:30		17:00 ~ 18:00	17:00 ~ 18:00	
Hip Punch	Basic	Body Balance	Waist		Pilates Barre	Reset Flow	
RIKAKO.Y	Tomomi.I	RIKAKO.Y	Anna.S		Cocono.H	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
Basic	Back & Arm	Basic			Basic	Waist	Hip & Leg
Tomomi.I	Anna.S	Cocono.H			Tomomi.I	miku	Cocono.H
20:00 ~ 21:00	20:00 ~ 21:00	20:00 ~ 21:00			20:00 ~ 21:00	20:00 ~ 21:00	20:00 ~ 21:00
Stretch & Conditioning	Waist	Hip Punch			Back & Spine	jump to burn	Pre Basic
RIKAKO.Y	Tomomi.I	RIKAKO.Y			Cocono.H	Airi	Airi

pilatesK 広島店

【 06/25 ~ 06/30 】 スケジュール

06/25	06/26	06/27	06/28	06/29	06/30
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
Waist	Back & Spine	Hip & Leg	Basic	jump to burn	Pre Basic
Rina.A	Cocono.H	Cocono.H	miku	miku	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
Back & Arm	Stretch & Conditioning	jump to burn	Shape up waist	Release&Strength	Back & Arm
Anna.S	Cocono.H	miku	Airi	Tomomi.I	未定
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	Basic	Basic	Power up Control	Basic	Body Balance
Rina.A	Tomomi.I	Cocono.H	miku	miku	Airi
15:00 ~ 16:00	close	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	close	15:00 ~ 16:00
Basic		Body Balance	Pre Basic		Waist
Airi		miku	Airi		Anna.S
		16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30		close
		Waist	Back & Arm		
		Anna.S	未定		
		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		
		Shape up waist	Reset Flow		
		Cocono.H	Airi		
17:00 ~ 18:00	17:00 ~ 18:00	19:30 ~ 20:30		17:00 ~ 18:00	17:00 ~ 18:00
Pre Basic	Back & Arm	Back & Arm		Hip & Leg	Power up Control
Airi	未定	Anna.S		Tomomi.I	Cocono.H
18:30 ~ 19:30	18:30 ~ 19:30			18:30 ~ 19:30	18:30 ~ 19:30
Waist	Release&Strength			Waist	Back & Spine
Anna.S	Tomomi.I			Anna.S	Cocono.H
20:00 ~ 21:00	20:00 ~ 21:00			20:00 ~ 21:00	20:00 ~ 21:00
Shape up waist	Hip & Leg			Basic	Back & Arm
Airi	Tomomi.I			Tomomi.I	Anna.S

・体験可能レッスン
 ・クラスの個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サイトまでご確認ください。
 ・ご予約されたレッスンをキャンセルされる場合は、1週間前までにお願しております。
 ・レッスン開始時刻1時間前までのごキャンセルが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に1回に制限されます。