

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	
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

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
15:00 ~ 16:00 Shape up waist Cocono.H	close	15:00 ~ 16:00 Pre Basic Airi	close	15:00 ~ 16:00 Hip & Leg Tomomi.I	15:00 ~ 16:00 Power up Control Cocono.H	close	15:00 ~ 16:00 Back & Arm 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 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

👉：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

【 06/17 ~ 06/24 】 スケジュール

2026/06/22 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 Airi	Reset Flow Airi	Back & Arm kana.K	jump to burn Airi	Release&Strength Tomomi.I	Basic Airi	Hip & Leg Tomomi.I	Release&Strength 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 RIKAKO.Y	Waist Anna.S	Power up Control Cocono.H	Basic Kia	Hip Punch RIKAKO.Y	Body Balance Airi	Pilates Barre Airi	Pilates Workout 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 Airi	Pilates Barre Airi	Hip & Leg kana.K	Reset Flow Airi	Waist Anna.S	Hip & Leg Tomomi.I	Basic Tomomi.I	Waist Anna.S
close	15:00 ~ 16:00 Hip & Leg Tomomi.I	close	15:00 ~ 16:00 Back & Spine Kia	15:00 ~ 16:00 Body Balance RIKAKO.Y	close	15:00 ~ 16:00 Body Balance miku	close
	close		16:30 ~ 17:30 Back & Arm Anna.S	16:30 ~ 17:30 Basic Tomomi.I			
			18:00 ~ 19:00 Pre Basic Airi	18:00 ~ 19:00 Back & Arm 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 RIKAKO.Y	Basic Tomomi.I	Body Balance RIKAKO.Y	Waist Anna.S		Pilates Barre Cocono.H	Reset Flow 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 Tomomi.I	Back & Arm Anna.S	Basic Cocono.H			Basic Tomomi.I	Waist miku	Hip & Leg 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 RIKAKO.Y	Waist Tomomi.I	Hip Punch RIKAKO.Y			Back & Spine Cocono.H	jump to burn Airi	Pre Basic 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 Rina.A	Back & Spine Cocono.H	Hip & Leg Cocono.H	Basic miku	jump to burn miku	Pre Basic 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 Anna.S	Stretch & Conditioning Cocono.H	jump to burn miku	Shape up waist Airi	Release&Strength Tomomi.I	Back & Arm 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 Rina.A	Basic Tomomi.I	Basic Cocono.H	Power up Control miku	Basic miku	Body Balance Airi
15:00 ~ 16:00	close	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	close	15:00 ~ 16:00
Basic Airi		Body Balance miku	Pre Basic Airi		Waist Anna.S
close		16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30		close
		Waist Anna.S	Back & Arm 未定		
	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			
	Shape up waist Cocono.H	Reset Flow Airi			
17:00 ~ 18:00	17:00 ~ 18:00	19:30 ~ 20:30		17:00 ~ 18:00	17:00 ~ 18:00
Pre Basic Airi	Back & Arm 未定	Back & Arm Anna.S		Hip & Leg Tomomi.I	Power up Control Cocono.H
18:30 ~ 19:30	18:30 ~ 19:30			18:30 ~ 19:30	18:30 ~ 19:30
Waist Anna.S	Release&Strength Tomomi.I			Waist Anna.S	Back & Spine Cocono.H
20:00 ~ 21:00	20:00 ~ 21:00			20:00 ~ 21:00	20:00 ~ 21:00
Shape up waist Airi	Hip & Leg Tomomi.I			Basic Tomomi.I	Back & Arm 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。