

pilatesK 広島店

【 07/01 ~ 07/08 】 スケジュール

2026/06/13 更新

07/01	07/02	07/03	07/04	07/05	07/06	07/07	07/08	
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	
Pilates Barre	Waist	Basic	Power up Control	Release&Strength		Pilates Cardio	Hip & Leg	
Rio.k	Anna.S	miku	Cocono.H	Tomomi.I		Airi	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	
Waist	Basic	Back & Arm	Back & Arm	Back & Spine		Basic	Back & Spine	
Anna.S	miku	Haruna.I	Haruna.I	Rio.k		miku	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	
Back & Spine	Back & Arm	jump to burn	Shape up waist	Basic		Pilates Barre	Reset Flow	
Rio.k	Anna.S	miku	Cocono.H	Tomomi.I		Airi	Airi	
close	15:00 ~ 16:00	close	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	close
	Body Balance		Hip & Leg	Pilates Barre		Hip & Leg		
	miku		Jyuri.N	Rio.k		Tomomi.I		
	close		16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30		16:30 ~ 17:30	close	
			Advance	Hip Punch				
			Cocono.H	Tomomi.I				
			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00				
			Back & Arm	Waist				
			suzumi.y	Rio.k				
17:00 ~ 18:00	17:00 ~ 18:00	17:00 ~ 18:00	19:30 ~ 20:30			17:00 ~ 18:00		
Hip Punch	Basic	Reset Flow	Basic			Waist		
Tomomi.I	miku	Airi	Jyuri.N			Anna.S		
18:30 ~ 19:30	18:30 ~ 19:30	18:30 ~ 19:30				18:30 ~ 19:30	18:30 ~ 19:30	
Back & Arm	Pilates Cardio	Hip & Leg				jump to burn	Shape up waist	
Haruna.I	Airi	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	
Basic	Back & Arm	Pre Basic				Basic	Back & Arm	
Tomomi.I	suzumi.y	Airi				Tomomi.I	Anna.S	

pilatesK 広島店

【 07/09 ~ 07/16 】 スケジュール

07/09	07/10	07/11	07/12	07/13	07/14	07/15	07/16
木	金	土	日	月	火	水	木
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Power up Control	Release&Strength	Basic	Pilates Cardio	Hip Punch	Waist	Advance	Waist
Cocono.H	Tomomi.I	miku	Airi	Tomomi.I	miku	Cocono.H	Anna.S
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
Back & Arm	Shape up waist	Hip & Leg	Basic	Basic	Back & Arm	Shape up waist	Body Balance
suzumi.y	Airi	Tomomi.I	miku	Tomomi.I	suzumi.y	Cocono.H	miku
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
Shape up waist	Basic	Body Balance	Hip Punch	Back & Arm	Basic	Waist	Back & Arm
Cocono.H	Tomomi.I	miku	Tomomi.I	suzumi.y	miku	Anna.S	Anna.S
15:00 ~ 16:00	close	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	close	15:00 ~ 16:00	close	15:00 ~ 16:00
Basic		Waist	Pre Basic		Release&Strength		Hip & Leg
miku		Tomomi.I	Airi		Rio.k		Tomomi.I
close		16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30		close		close
		jump to burn	Body Balance				
		miku	miku				
		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00				
		Basic	Hip & Leg				
		Tomomi.I	Tomomi.I				
17:00 ~ 18:00	17:00 ~ 18:00	19:30 ~ 20:30		17:00 ~ 18:00	17:00 ~ 18:00	17:00 ~ 18:00	17:00 ~ 18:00
Body Balance	Back & Arm	Back & Arm		Advance	Pilates Barre	Back & Spine	Basic
miku	suzumi.y	suzumi.y		Cocono.H	Rio.k	Cocono.H	miku
18:30 ~ 19:30	18:30 ~ 19:30			18:30 ~ 19:30	18:30 ~ 19:30	18:30 ~ 19:30	18:30 ~ 19:30
Waist	Pilates Cardio			Waist	Power up Control	Pre Basic	Hip Punch
Anna.S	Airi			Anna.S	miku	Airi	Tomomi.I
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	Hip & Leg			Basic	Back & Spine	Hip & Leg	Release&Strength
miku	Airi			Cocono.H	Rio.k	Airi	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

【 07/17 ~ 07/24 】 スケジュール

2026/06/13 更新

07/17	07/18	07/19	07/20	07/21	07/22	07/23	07/24
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
Basic	Pre Basic	Waist	Basic	Hip Punch	Release&Strength	Waist	Power up Control
miku	Airi	miku	Airi	Tomomi.I	Tomomi.I	Anna.S	miku
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
Back & Arm	Release&Strength	Reset Flow	Hip & Leg	Basic	Waist	Back & Arm	Basic
suzumi.y	Tomomi.I	Airi	Tomomi.I	Tomomi.I	Anna.S	suzumi.y	miku
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
Power up Control	Shape up waist	Basic	jump to burn	Back & Arm	Hip & Leg	Advance	Back & Arm
miku	Airi	miku	Airi	Haruna.I	Tomomi.I	Cocono.H	Haruna.I
close	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	close	15:00 ~ 16:00	close
	Back & Arm	Body Balance	Advance	Waist		Pilates Cardio	
	suzumi.y	Airi	Cocono.H	Anna.S		Airi	
	16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30		close	
Reset Flow	Back & Arm	Hip Punch	close	close	close		
Airi	Haruna.I	Tomomi.I	close	close	close		
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	close	close	
Hip & Leg	Pilates Cardio	Back & Arm	Back & Arm	close	close	close	
Tomomi.I	Airi	Haruna.I	Haruna.I	close	close	close	
17:00 ~ 18:00	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	17:00 ~ 18:00		17:00 ~ 18:00	17:00 ~ 18:00
Pilates Cardio	Basic		Shape up waist	jump to burn		Waist	Body Balance
Airi	Tomomi.I		Cocono.H	miku		Anna.S	miku
18:30 ~ 19:30				18:30 ~ 19:30	18:30 ~ 19:30	18:30 ~ 19:30	18:30 ~ 19:30
Back & Arm				Back & Arm	Shape up waist	Reset Flow	Basic
Haruna.I				Anna.S	Cocono.H	Airi	Tomomi.I
20:00 ~ 21:00				20:00 ~ 21:00	20:00 ~ 21:00	20:00 ~ 21:00	20:00 ~ 21:00
Basic				Body Balance	Basic	Pre Basic	Hip Punch
Airi				miku	Airi	Airi	Tomomi.I

pilatesK 広島店

【 07/25 ~ 07/31 】 スケジュール

07/25	07/26	07/27	07/28	07/29	07/30	07/31
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
Pilates Cardio	Basic	Back & Arm	Waist	Basic	Hip & Leg	Pre Basic
Airi	Rio.k	Haruna.I	Anna.S	miku	Tomomi.I	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
Back & Arm	Power up Control	Waist	Body Balance	Back & Arm	Basic	Hip & Leg
Haruna.I	miku	Anna.S	miku	suzumi.y	Tomomi.I	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
Pre Basic	Back & Spine	Reset Flow	Basic	jump to burn	Back & Arm	Basic
Airi	Rio.k	Airi	miku	miku	suzumi.y	Tomomi.I
15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	close	15:00 ~ 16:00	close	15:00 ~ 16:00	close
Hip & Leg	Waist		Hip Punch		Release&Strength	
Tomomi.I	miku		Tomomi.I		Tomomi.I	
16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30		close		close	
Basic	Pilates Barre	close	close	close	close	
miku	Rio.k	close	close	close	close	
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00					
Hip Punch	Basic					
Tomomi.I	miku					
19:30 ~ 20:30		17:00 ~ 18:00	17:00 ~ 18:00	17:00 ~ 18:00	17:00 ~ 18:00	17:00 ~ 18:00
Body Balance		Back & Arm	Release&Strength	Hip & Leg	Waist	Reset Flow
miku		Anna.S	Tomomi.I	Tomomi.I	Anna.S	Airi
		18:30 ~ 19:30	18:30 ~ 19:30	18:30 ~ 19:30	18:30 ~ 19:30	18:30 ~ 19:30
		Basic	Back & Arm	Waist	Hip Punch	Power up Control
		Airi	Anna.S	Anna.S	RIKAKO.Y	Cocono.H
		20:00 ~ 21:00	20:00 ~ 21:00	20:00 ~ 21:00	20:00 ~ 21:00	20:00 ~ 21:00
		Body Balance	Hip & Leg	Basic	Back & Arm	Waist
		Airi	Tomomi.I	Tomomi.I	Haruna.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。