

pilatesK 広島店		【 08/01 ~ 08/08 】 スケジュール						2026/08/05 更新		
08/01	08/02	08/03	08/04	08/05	08/06	08/07	08/08			
土	日	月	火	水	木	金	土			
10:30 ~ 11:30	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			
Hip & Leg 🌱	Back & Arm 🌱		Basic 🌱	Back & Arm 🌱	Beauty Conditioning 🌱	jump to burn	Basic 🌱			
kana.K	Anna.S		Cocono.H	Haruna.I	Anna.S	miku	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			
jump to burn	Basic 🌱		Back & Arm 🌱	Waist 🌱	Hip Punch	Release&Strength	Back & Arm 🌱			
Airi	Tomomi.I		Haruna.I	Anna.S	Tomomi.I	Tomomi.I	Anna.S			
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 🌱	Pilates Cardio		Shape up waist	Pilates Cardio	Back & Arm 🌱	Waist 🌱	Power up Control			
kana.K	Airi		Cocono.H	Airi	Anna.S	miku	miku			
15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00	close	15:00 ~ 16:00	close	15:00 ~ 16:00			
Body Balance	Hip Punch		Back & Spine		Pilates Barre		Hip Punch			
Airi	Tomomi.I		Tomomi.I		Airi		Tomomi.I			
16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30		close		close		16:30 ~ 17:30			
Shape up waist	Pre Basic 🌱						Waist 🌱			
Cocono.H	Airi						Anna.S			
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00						18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		
Reset Flow	Back & Arm 🌱						Release&Strength			
Airi	Anna.S						Tomomi.I			
19:30 ~ 20:30			17:00 ~ 18:00	17:00 ~ 18:00	17:00 ~ 18:00	17:00 ~ 18:00	19:30 ~ 20:30			
Basic 🌱			Hip & Leg 🌱	Basic 🌱	Pre Basic 🌱	Hip & Leg 🌱	Back & Arm 🌱			
Cocono.H			Tomomi.I	Cocono.H	Airi	Tomomi.I	Haruna.I			
			18:30 ~ 19:30	18:30 ~ 19:30	18:30 ~ 19:30	18:30 ~ 19:30				
			Pilates Barre	Reset Flow	Back & Arm 🌱	Basic 🌱				
			Cocono.H	Airi	Haruna.I	Cocono.H				
			20:00 ~ 21:00	20:00 ~ 21:00	20:00 ~ 21:00	20:00 ~ 21:00				
			Hip Punch	Shape up waist	Body Balance	Pilates Cardio				
			Tomomi.I	Cocono.H	Airi	Airi				

pilatesK 広島店		【 08/09 ~ 08/16 】 スケジュール						
08/09	08/10	08/11	08/12	08/13	08/14	08/15	08/16	
日	月	火	水	木	金	土	日	
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	
Hip & Leg 🌱	Basic 🌱	Hip & Leg 🌱	Power up Control	Shape up waist	Waist 🌱	Hip Punch	Reset Flow	
Cocono.H	miku	Tomomi.I	Cocono.H	Cocono.H	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	12:00 ~ 13:00	
Beauty Conditioning 🌱	Hip & Leg 🌱	Waist 🌱	Basic 🌱	Back & Spine	Power up Control	Body Balance	Back & Arm 🌱	
Anna.S	Airi	Anna.S	miku	Tomomi.I	miku	miku	Anna.S	
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	
Back & Spine	Power up Control	Basic 🌱	Shape up waist	Basic 🌱	Hip & Leg 🌱	Back & Spine	Beauty Conditioning 🌱	
Cocono.H	miku	Cocono.H	Cocono.H	Cocono.H	Cocono.H	Tomomi.I	Anna.S	
15:00 ~ 16:00	close	15:00 ~ 16:00	close	15:00 ~ 16:00	close	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	
Back & Arm 🌱		Release&Strength		Beauty Conditioning 🌱		Basic 🌱	Pilates Barre	
Haruna.I		Tomomi.I		Anna.S		miku	Airi	
16:30 ~ 17:30		16:30 ~ 17:30		close		16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30
Basic 🌱		Back & Arm 🌱				Pilates Cardio	Waist 🌱	
Cocono.H		Anna.S				Airi	Haruna.I	
18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
Waist 🌱		Pilates Barre				Back & Arm 🌱	Back & Arm 🌱	
Anna.S		Cocono.H				Anna.S	Anna.S	
		17:00 ~ 18:00		17:00 ~ 18:00		17:00 ~ 18:00	19:30 ~ 20:30	
	jump to burn	Basic 🌱	Hip & Leg 🌱	Back & Spine	Pre Basic 🌱			
	Airi	Cocono.H	Tomomi.I	Cocono.H	Airi			
	18:30 ~ 19:30		18:30 ~ 19:30	18:30 ~ 19:30				
	Back & Arm 🌱		Waist 🌱	Back & Arm 🌱	Pre Basic 🌱			
	Haruna.I		Anna.S	Haruna.I	Airi			
	20:00 ~ 21:00		20:00 ~ 21:00	20:00 ~ 21:00	20:00 ~ 21:00			
	Reset Flow		Basic 🌱	Waist 🌱	Body Balance			
	Airi		Airi	Anna.S	Airi			

🌱：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		【 08/17 ~ 08/24 】 スケジュール						2026/08/05 更新							
08/17		08/18		08/19		08/20		08/21		08/22		08/23		08/24	
月		火		水		木		金		土		日		月	
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	
Waist 🌱		Pilates Cardio		Hip & Leg 🌱		Basic 🌱		Body Balance		Release&Strength		jump to burn		Hip Punch	
miku		Airi		Cocono.H		Tomomi.I		miku		Tomomi.I		miku		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	
Back & Arm 🌱		Pre Basic 🌱		Waist 🌱		Pilates Cardio		Hip Punch		Basic 🌱		Waist 🌱		Basic 🌱	
Haruna.I		Airi		Haruna.I		Airi		Tomomi.I		miku		Anna.S		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		13:30 ~ 14:30	
Body Balance		Waist 🌱		Pilates Barre		Hip & Leg 🌱		Basic 🌱		Hip & Leg 🌱		Body Balance		Back & Arm 🌱	
miku		Haruna.I		Cocono.H		Tomomi.I		miku		Cocono.H		miku		Haruna.I	
close		15:00 ~ 16:00		close		15:00 ~ 16:00		close		15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00		close	
		Hip & Leg 🌱				Reset Flow				Power up Control		Shape up waist			
		Tomomi.I				Airi				miku		Cocono.H			
		close				close				16:30 ~ 17:30		16:30 ~ 17:30			
										Back & Spine		Back & Arm 🌱			
										Tomomi.I		Anna.S			
18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00			
Waist 🌱		Basic 🌱		Waist 🌱		Basic 🌱		Waist 🌱		Basic 🌱		Basic 🌱		Basic 🌱	
Haruna.I		Cocono.H								Cocono.H					
17:00 ~ 18:00		17:00 ~ 18:00		17:00 ~ 18:00		17:00 ~ 18:00		17:00 ~ 18:00		19:30 ~ 20:30				17:00 ~ 18:00	
Hip & Leg 🌱		Reset Flow		Back & Arm 🌱		Basic 🌱		jump to burn		Pilates Barre				Release&Strength	
Tomomi.I		Airi		Anna.S		Cocono.H		Airi		Cocono.H				Tomomi.I	
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 🌱		Power up Control		Waist 🌱		Back & Arm 🌱						Back & Arm 🌱	
Cocono.H		Anna.S		Cocono.H		Anna.S		Haruna.I						Anna.S	
20:00 ~ 21:00		20:00 ~ 21:00		20:00 ~ 21:00		20:00 ~ 21:00		20:00 ~ 21:00						20:00 ~ 21:00	
Back & Spine		Basic 🌱		Beauty Conditioning 🌱		Shape up waist		Pre Basic 🌱						Waist 🌱	
Tomomi.I		Tomomi.I		Anna.S		Cocono.H		Airi						Anna.S	

pilatesK 広島店		【 08/25 ~ 08/31 】		スケジュール		
08/25	08/26	08/27	08/28	08/29	08/30	08/31
火	水	木	金	土	日	月
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 🌱	Reset Flow	Hip & Leg 🌱	Basic 🌱	Reset Flow	Hip & Leg 🌱	Basic 🌱
miku	Airi	Cocono.H	miku	Airi	Tomomi.I	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
Hip & Leg 🌱	Back & Arm 🌱	jump to burn	Shape up waist	Back & Arm 🌱	Basic 🌱	Hip & Leg 🌱
Tomomi.I	Cocono.H	miku	Cocono.H	Anna.S	Cocono.H	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
Power up Control	Pre Basic 🌱	Back & Spine	Body Balance	Pre Basic 🌱	Back & Arm 🌱	Waist 🌱
miku	Airi	Cocono.H	miku	Airi	Haruna.I	miku
15:00 ~ 16:00	close	15:00 ~ 16:00	close	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	close
Release&Strength		Basic 🌱		Beauty Conditioning 🌱	Pilates Barre	
Tomomi.I		miku		Anna.S	Cocono.H	
close		close		16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30	
				Waist 🌱	Hip Punch	
				Haruna.I	Tomomi.I	
				18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
		Pilates Cardio	Waist 🌱			
		Airi	Anna.S			
17:00 ~ 18:00	close	17:00 ~ 18:00	17:00 ~ 18:00	19:30 ~ 20:30		17:00 ~ 18:00
Waist 🌱		Pilates Barre	Hip & Leg 🌱	Back & Arm 🌱		Back & Spine
Anna.S		Cocono.H	Tomomi.I	Haruna.I		Cocono.H
18:30 ~ 19:30	18:30 ~ 19:30	18:30 ~ 19:30	18:30 ~ 19:30			18:30 ~ 19:30
Basic 🌱	Beauty Conditioning 🌱	Hip Punch	Waist 🌱			Pilates Cardio
Tomomi.I	Anna.S	Tomomi.I	Anna.S			Airi
20:00 ~ 21:00	20:00 ~ 21:00	20:00 ~ 21:00	20:00 ~ 21:00			20:00 ~ 21:00
Back & Arm 🌱	Waist 🌱	Release&Strength	Hip Punch			Back & Arm 🌱
Anna.S	Haruna.I	Tomomi.I	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時間前迄を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。