pilatesK　広島店　【　10/01　～　10/08　】　スケジュール　2026/10/25　更新

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

pilatesK　広島店　【　10/09　～　10/16　】　スケジュール

10/09	10/10	10/11	10/12	10/13	10/14	10/15	10/16
金	土	日	月	火	水	木	金
10:30 ～ 11:30 Hip Punch Tomomi.I	10:30 ～ 11:30 Hip＆Leg Tomomi.I	10:30 ～ 11:30 Basic miku	10:30 ～ 11:30 Hip＆Leg RIKAKO.Y	10:30 ～ 11:30 Hip＆Leg Tomomi.I	10:30 ～ 11:30 Pre Basic Airi	10:30 ～ 11:30 jump to burn Airi	10:30 ～ 11:30 Style up Pilates Tomomi.I
12:00 ～ 13:00 Style up Pilates Tomomi.I	12:00 ～ 13:00 Shape up waist Airi	12:00 ～ 13:00 Pre Basic RIKAKO.Y	12:00 ～ 13:00 Advance Airi	12:00 ～ 13:00 Back＆Arm Anna.S	12:00 ～ 13:00 Waist Haruna.I	12:00 ～ 13:00 Reset Flow Airi	12:00 ～ 13:00 Back＆Arm Haruna.I
13:30 ～ 14:30 Basic Miyu.H	13:30 ～ 14:30 Style up Pilates Tomomi.I	13:30 ～ 14:30 Waist Anna.S	13:30 ～ 14:30 Pre Basic RIKAKO.Y	13:30 ～ 14:30 Release&Strength Tomomi.I	13:30 ～ 14:30 Advance Airi	13:30 ～ 14:30 Waist Anna.S	13:30 ～ 14:30 Hip Punch Tomomi.I
close	15:00 ～ 16:00 Basic Airi	15:00 ～ 16:00 Hip＆Leg RIKAKO.Y	15:00 ～ 16:00 Animal Stretch Airi	15:00 ～ 16:00 Basic Miyu.H	close	15:00 ～ 16:00 Hip＆Leg Juri.N	close
	16:30 ～ 17:30 jump to burn Anna.S	16:30 ～ 17:30 Body Balance miku	16:30 ～ 17:30 Hip＆Leg RIKAKO.Y	close		close	
	18:00 ～ 19:00 Waist Haruna.I	18:00 ～ 19:00 jump to burn Anna.S	18:00 ～ 19:00 Reset Flow Airi				
	19:30 ～ 20:30 Back＆Arm Anna.S		19:30 ～ 20:30 Basic Miyu.H	17:00 ～ 18:00 Waist Anna.S	17:00 ～ 18:00 Pilates Workout Tomomi.I	17:00 ～ 18:00 Beauty Conditioning Anna.S	17:00 ～ 18:00 Reset Flow Airi
18:30 ～ 19:30 Reset Flow Airi				18:30 ～ 19:30 Basic Miyu.H	18:30 ～ 19:30 Beauty Conditioning Anna.S	18:30 ～ 19:30 Basic Juri.N	18:30 ～ 19:30 Waist Haruna.I
20:00 ～ 21:00 Back＆Arm Haruna.I				20:00 ～ 21:00 jump to burn Anna.S	20:00 ～ 21:00 Style up Pilates Tomomi.I	20:00 ～ 21:00 Pre Basic Airi	20:00 ～ 21:00 Hip＆Leg 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時間前を切っ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　【　10/17　～　10/24　】　スケジュール　2026/10/25　更新

10/17	10/18	10/19	10/20	10/21	10/22	10/23	10/24
土	日	月	火	水	木	金	土
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	Shape up waist	Beauty Conditioning	Body Balance	Reset Flow	Waist	Pilates Workout	Waist
Miyu.H	Airi	Anna.S	Airi	Airi	Anna.S	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	12:00 ～ 13:00
Waist	Animal Stretch	Hip＆Leg	Basic	Back＆Arm	Style up Pilates	Waist	Pilates Workout
Anna.S	Airi	Tomomi.I	Miyu.H	Anna.S	Tomomi.I	Haruna.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	13:30 ～ 14:30
Hip Punch	Back＆Arm	jump to burn	Shape up waist	Animal Stretch	Back＆Arm	Release&Strength	Basic
Tomomi.I	Anna.S	Anna.S	Airi	Airi	Anna.S	Tomomi.I	miku
15:00 ～ 16:00	15:00 ～ 16:00	close	15:00 ～ 16:00	close	15:00 ～ 16:00	close	15:00 ～ 16:00
jump to burn	Release&Strength		Waist		Back＆Spine		Back＆Arm
Anna.S	Tomomi.I		Haruna.I		Tomomi.I		Haruna.I
16:30 ～ 17:30	16:30 ～ 17:30		close		close		16:30 ～ 17:30
Basic	Pre Basic						Body Balance
Miyu.H	Airi						miku
18:00 ～ 19:00	18:00 ～ 19:00						18:00 ～ 19:00
Beauty Conditioning	Waist						Back＆Spine
Anna.S	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
Hip＆Leg		Back＆Arm	Pre Basic		Hip Punch	Style up Pilates	Waist
Tomomi.I		Haruna.I	Airi		Tomomi.I	Tomomi.I	Haruna.I
		18:30 ～ 19:30	18:30 ～ 19:30	18:30 ～ 19:30	18:30 ～ 19:30	18:30 ～ 19:30	
		Pilates Workout	Back＆Arm	Waist	Basic	Back＆Arm	
		Tomomi.I	Haruna.I	Haruna.I	Miyu.H	Haruna.I	
		20:00 ～ 21:00	20:00 ～ 21:00	20:00 ～ 21:00	20:00 ～ 21:00	20:00 ～ 21:00	
		Hip＆Leg	Basic	Back＆Spine	Beauty Conditioning	Basic	
		Tomomi.I	Miyu.H	Tomomi.I	Anna.S	Miyu.H	

pilatesK　広島店　【　10/25　～　10/31　】　スケジュール

10/25	10/26	10/27	10/28	10/29	10/30	10/31
日	月	火	水	木	金	土
10:30 ～ 11:30		10:30 ～ 11:30	10:30 ～ 11:30	10:30 ～ 11:30	10:30 ～ 11:30	10:30 ～ 11:30
Back＆Arm		jump to burn	Body Balance	Hip Punch	Waist	Back＆Arm
Haruna.I		Anna.S	miku	Tomomi.I	Anna.S	Haruna.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		Beauty Conditioning	Basic	Waist	Advance	Basic
miku		Anna.S	miku	Haruna.I	Airi	Miyu.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
Reset Flow		Basic	Waist	Style up Pilates	Beauty Conditioning	Waist
Airi		Miyu.H	Anna.S	Tomomi.I	Anna.S	Haruna.I
15:00 ～ 16:00		15:00 ～ 16:00	close	15:00 ～ 16:00	close	15:00 ～ 16:00
Body Balance		Back＆Arm		Basic		Shape up waist
miku		Haruna.I		Miyu.H		Airi
16:30 ～ 17:30		close		close		16:30 ～ 17:30
Advance	close					Beauty Conditioning
Airi						Anna.S
18:00 ～ 19:00						18:00 ～ 19:00
Waist						Pre Basic
Haruna.I						Airi
		17:00 ～ 18:00	17:00 ～ 18:00	17:00 ～ 18:00	17:00 ～ 18:00	19:30 ～ 20:30
		Basic	Beauty Conditioning	Back＆Spine	Reset Flow	jump to burn
		Miyu.H	Anna.S	Tomomi.I	Airi	Anna.S
		18:30 ～ 19:30	18:30 ～ 19:30	18:30 ～ 19:30	18:30 ～ 19:30	
		Back＆Arm	Basic	Shape up waist	Release&Strength	
		Haruna.I	Miyu.H	Airi	Tomomi.I	
		20:00 ～ 21:00	20:00 ～ 21:00	20:00 ～ 21:00	20:00 ～ 21:00	
		Waist	jump to burn	Basic	Hip＆Leg	
		Haruna.I	Anna.S	Miyu.H	Airi	

：休講可能レッスン
・クラスの振替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。