pilatesK　広島店　【　11/01　～　11/08　】　スケジュール

2026/11/04　更新

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

pilatesK　広島店　【　11/09　～　11/16　】　スケジュール

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

2026/11/04　更新

11/17	11/18	11/19	11/20	11/21	11/22	11/23	11/24
火	水	木	金	土	日	月	火
10:30 ～ 11:30 Hip＆Leg 🔰 Tomomi.I	10:30 ～ 11:30 Back＆Arm 🔰 Miyu.H	10:30 ～ 11:30 Basic 🔰 miku	10:30 ～ 11:30 Shape up waist Airi	10:30 ～ 11:30 Pilates Workout Tomomi.I	10:30 ～ 11:30 Reset Flow Airi	10:30 ～ 11:30 Waist 🔰 Anna.S	10:30 ～ 11:30 Basic 🔰 Miyu.H
12:00 ～ 13:00 Body Balance Anna.S	12:00 ～ 13:00 jump to burn Anna.S	12:00 ～ 13:00 Back＆Arm 🔰 Haruna.I	12:00 ～ 13:00 Basic 🔰 Miyu.H	12:00 ～ 13:00 Back＆Arm 🔰 Anna.S	12:00 ～ 13:00 Beauty Conditioning 🔰 Anna.S	12:00 ～ 13:00 Basic 🔰 Miyu.H	12:00 ～ 13:00 Shape up waist Airi
13:30 ～ 14:30 Pilates Workout Tomomi.I	13:30 ～ 14:30 Basic 🔰 Miyu.H	13:30 ～ 14:30 Body Balance miku	13:30 ～ 14:30 Animal Stretch Airi	13:30 ～ 14:30 Hip＆Leg 🔰 Tomomi.I	13:30 ～ 14:30 Pre Basic 🔰 Airi	13:30 ～ 14:30 Body Balance Anna.S	13:30 ～ 14:30 Back＆Arm 🔰 Miyu.H
15:00 ～ 16:00 Waist 🔰 Anna.S	close	15:00 ～ 16:00 Hip＆Leg 🔰 Haruna.I	close	15:00 ～ 16:00 Basic 🔰 Miyu.H	15:00 ～ 16:00 Waist 🔰 Anna.S	15:00 ～ 16:00 Hip＆Leg 🔰 Haruna.I	15:00 ～ 16:00 Animal Stretch Airi
close		close		16:30 ～ 17:30 Waist 🔰 Anna.S	16:30 ～ 17:30 Shape up waist Airi	16:30 ～ 17:30 Basic 🔰 Miyu.H	close
				18:00 ～ 19:00 Back＆Spine Tomomi.I	18:00 ～ 19:00 Body Balance Anna.S	18:00 ～ 19:00 jump to burn Anna.S	
17:00 ～ 18:00 Basic 🔰 suzumi.y	17:00 ～ 18:00 Release&Strength Tomomi.I	17:00 ～ 18:00 jump to burn Anna.S	17:00 ～ 18:00 Waist 🔰 Haruna.I	19:30 ～ 20:30 Basic 🔰 Miyu.H		19:30 ～ 20:30 Back＆Arm 🔰 Haruna.I	17:00 ～ 18:00 Pilates Workout Tomomi.I
18:30 ～ 19:30 Hip Punch Tomomi.I	18:30 ～ 19:30 Waist 🔰 Anna.S	18:30 ～ 19:30 Beauty Conditioning 🔰 Anna.S	18:30 ～ 19:30 Hip＆Leg 🔰 Haruna.I				18:30 ～ 19:30 Pre Basic 🔰 Airi
20:00 ～ 21:00 Back＆Arm 🔰 suzumi.y	20:00 ～ 21:00 Style up Pilates Tomomi.I	20:00 ～ 21:00 Back＆Spine Tomomi.I	20:00 ～ 21:00 Basic 🔰 Miyu.H				20:00 ～ 21:00 Style up Pilates Tomomi.I

pilatesK　広島店　【　11/25　～　】　スケジュール

11/25	11/26	11/27	11/28	11/29	11/30
水	木	金	土	日	月
10:30 ～ 11:30 Hip＆Leg 🔰 Haruna.I	10:30 ～ 11:30 Style up Pilates Tomomi.I	10:30 ～ 11:30 Reset Flow Airi	10:30 ～ 11:30 Waist 🔰 Anna.S	10:30 ～ 11:30 Shape up waist Misaki.E	10:30 ～ 11:30 Basic 🔰 Tomomi.I
12:00 ～ 13:00 Release&Strength Tomomi.I	12:00 ～ 13:00 Waist 🔰 Anna.S	12:00 ～ 13:00 Back＆Arm 🔰 Miyu.H	12:00 ～ 13:00 Reset Flow Airi	12:00 ～ 13:00 Waist 🔰 Haruna.I	12:00 ～ 13:00 Hip＆Leg 🔰 Haruna.I
13:30 ～ 14:30 Waist 🔰 Anna.S	13:30 ～ 14:30 Hip Punch Tomomi.I	13:30 ～ 14:30 Advance Airi	13:30 ～ 14:30 Back＆Arm 🔰 Anna.S	13:30 ～ 14:30 Basic 🔰 Misaki.E	13:30 ～ 14:30 Back＆Spine Tomomi.I
close	15:00 ～ 16:00 Beauty Conditioning 🔰 Anna.S	close	15:00 ～ 16:00 Advance Airi	15:00 ～ 16:00 jump to burn Anna.S	close
	close		16:30 ～ 17:30 Basic 🔰 Miyu.H	16:30 ～ 17:30 Hip＆Leg 🔰 Haruna.I	
			18:00 ～ 19:00 Animal Stretch Airi	18:00 ～ 19:00 Back＆Arm 🔰 Anna.S	
	17:00 ～ 18:00 Hip＆Leg 🔰 Haruna.I	17:00 ～ 18:00 Basic 🔰 Miyu.H	19:30 ～ 20:30 Back＆Arm 🔰 Miyu.H		17:00 ～ 18:00 Reset Flow Airi
18:30 ～ 19:30 Shape up waist Airi	18:30 ～ 19:30 Body Balance Anna.S	18:30 ～ 19:30 Back＆Arm 🔰 Haruna.I			18:30 ～ 19:30 Animal Stretch Airi
20:00 ～ 21:00 Basic 🔰 Miyu.H	20:00 ～ 21:00 Back＆Arm 🔰 Haruna.I	20:00 ～ 21:00 Hip＆Leg 🔰 Haruna.I			20:00 ～ 21:00 Beauty Conditioning 🔰 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。