

pilates K 川越店		【	11/01	~	11/08	】	スケジュール		2025/10/08	更新					
11/01	11/02	11/03	11/04	11/05	11/06	11/07	11/08								
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	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30								
Pilates Barre	Basic		Back&Arm	Waist		Shape up waist	Release&Strength								
Aina	Mao.F		Mao.F	Kotono.C		Rinka.T	Kiko.M								
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00								
Back&Arm	Waist		Basic	Back&Arm		Leg Lines	Basic								
Mao.F	Kotono.C		Kotono.C	Mao.F		Al.I	Kotono.C								
13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		close	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30							
Basic	Back&Arm		Waist				Body Balance	jump to burn							
Mao.F	Mao.F		Kotono.C				Rinka.T	Kiko.M							
15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close				close	close	close	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00				
Leg Lines	Basic									Hip&Leg					
Al.I	Kotono.C									Al.I					
close	close									close					
17:30 ~ 18:30										17:30 ~ 18:30					
Body Balance										Waist					
Aina										Kotono.C					
close		close		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00	close	close			
				jump to burn	Pilates Cardio	Leg Lines				Hip&Leg					
				Kiko.M	Rinka.T	Al.I				Al.I					
			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30									
			Leg Lines	Body Balance	Back&Arm	Basic									
			Al.I	Rinka.T	Al.I	Mao.F									
	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00										
	Release&Strength		Hip&Leg	Basic	Waist										
Kiko.M	Kiko.M	Mao.F	Kotono.C												

pilates K 川越店		【 11/09 ~ 11/16 】		スケジュール		2025/10/09 更新						
11/09	11/10	11/11	11/12	11/13	11/14	11/15	11/16					
日	月	火	水	木	金	土	日					
10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30					
Leg Lines		jump to burn	Leg Lines		Basic	Pilates Cardio	Hip&Leg					
Al.I		Kiko.M	Al.I		Kotono.C	Rinka.T	Kiko.M					
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30					
jump to burn		Hip&Leg	Basic		Hip&Leg	Pilates Barre	Basic					
Kiko.M		Al.I	Mao.F		Al.I	Aina	Kotono.C					
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30					
Basic		Stretch&Conditioning			Waist	Release&Strength	Waist					
Kiko.M		Kiko.M			Kotono.C	Aina	Kotono.C					
16:30 ~ 17:30		close			close	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30				
Back&Arm							Basic	Advance				
Al.I							Mao.F	Kiko.M				
close							close	close	close	close	close	
										17:30 ~ 18:30		
										Back&Arm		
										Mao.F		
			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00						18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00
			Basic	Shape up waist						Back&Arm		Basic
			Mao.F	Rinka.T						Mao.F		Mao.F
			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30						19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30
			Waist	Basic						Basic		Leg Lines
			Kotono.C	Kotono.C						Mao.F		Al.I
		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00							
Back&Arm		Pilates Cardio	Waist	Back&Arm								
Mao.F		Rinka.T	Kotono.C	Mao.F								

・休館可能レッスン
・クラスの個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時間前までにお申し込みしております。
・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。

pilates K 川越店

【 11/17 ~ 11/24 】

スケジュール

2025/10/09

更新

11/17	11/18	11/19	11/20	11/21	11/22	11/23	11/24
月	火	水	木	金	土	日	月
close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close
	Waist	Basic		Waist	Basic	Stretch & Conditioning	
	Kaho	Mao.F		Kotono.C	Mao.F	yuna	
	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	
	Basic	Leg Lines		Back & Arm	Shape up waist	jump to burn	
	Kotono.C	Aino		Mao.F	Rinka.T	yuna	
	13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	
	Back & Arm			Basic	Hip & Leg	Advance	
	Kaho			Kotono.C	Kiko.M	Kiko.M	
	close			close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	
		Pilates Cardio			Hip & Leg		
		Rinka.T			Kiko.M		
		close			close		
	17:30 ~ 18:30						
Release&Strength							
Kiko.M							
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close			
Waist	Back & Arm	Waist	Hip & Leg				
Kotono.C	Mao.F	Kotono.C	Kiko.M				
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				
Back & Arm	Basic	Hip & Leg	Pilates Cardio				
Mao.F	Kotono.C	Kiko.M	Rinka.T				
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	close			
Basic	Waist	jump to burn	Stretch & Conditioning				
Mao.F	Kotono.C	Kiko.M	Kiko.M				

pilates K 川越店

【 11/25 ~ 11/30 】

スケジュール

2025/10/09

更新

11/25	11/26	11/27	11/28	11/29	11/30
火	水	木	金	土	日
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Basic	Back&Arm		Hip&Leg	Back&Arm	Waist
Mao.F	Mao.F		Kiko.M	Kotono.C	Kotono.C
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30
Release&Strength	Pilates Cardio		jump to burn	Advance	Basic
Kiko.M	Rinka.T		Kiko.M	Kiko.M	Mao.F
13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30
jump to burn			Back&Arm	Waist	Release&Strength
Kiko.M			Kotono.C	Kotono.C	Kiko.M
close			close	close	Basic
		Kiko.M			jump to burn
		close			Kiko.M
		17:30 ~ 18:30			close
jump to burn					
Kiko.M					
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		
Basic	Waist	Basic	Stretch&Conditioning		
Kotono.C	Kotono.C	Mao.F	Mao.F		
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	close	
Waist	jump to burn	Waist	Basic		
Kotono.C	Kiko.M	Kotono.C	Mao.F		
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		
Hip&Leg	Advance	Back&Arm	Waist		
Kiko.M	Kiko.M	Mao.F	Kotono.C		

:体験可能レッスン

・クラスの曜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サイトまでご確認ください。
・ご予約されたレッスンをキャンセルされる場合は、1週間前迄にお願いいたします。
・レッスン開始時間1時間前迄のキャンセルは、体験が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。