

pilates K 川越店		【 11/01 ~ 11/08 】		スケジュール		2025/11/08 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		Ai,I	Kotono,C								
13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30								
Basic	Back & Arm		Waist			Body Balance	Back & Arm								
Mao,F	Mao,F		Kotono,C			Rinka,T	Ai,I								
15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close			close	15:00 ~ 16:00								
Leg Lines	Basic						Hip & Leg								
Ai,I	Kotono,C						Ai,I								
close	close						close								
17:30 ~ 18:30							17:30 ~ 18:30								
Body Balance							Waist								
Aina							Kotono,C								
close							close								
close	close		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00									
			jump to burn	Pilates Cardio	Leg Lines	Hip & Leg									
			Kiko,M	Rinka,T	Ai,I	Ai,I									
			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30									
			Leg Lines	Body Balance	Back & Arm	Basic									
			Ai,I	Rinka,T	Ai,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		2025/11/08 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				
Ai,I		Mizuki	Ai,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				
Hip & Leg		Hip & Leg	Basic		Hip & Leg	Pilates Barre	Basic				
Ai,I		Ai,I	Mao,F		Ai,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	Stretch & Conditioning				
Kiko,M		Kiko,M			Kotono,C	Aina	Kiko,M				
16:30 ~ 17:30		close			close	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30			
Back & Arm							Basic	Waist			
Ai,I							Mao,F	Kotono,C			
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	Ai,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							

 : 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

2025/11/08 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			13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		
	Back & Arm👉👈			Basic👉👈	Back & Arm👉👈	Hip Punch		
	Kaho			Kotono.C	Mao.F	yuna		
				close	close	15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30
		close				Pilates Cardio		Hip & Leg👉👈
						Rinka.T		Kiko.M
						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	close			
Waist👉👈	Back & Arm👉👈	Waist👉👈	Hip & Leg👉👈					
Kotono.C	Mao,F	Kotono.C	Rinka.T					
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👉👈	Basic👉👈	Stretch & Conditioning👉👈					
Mao,F	Kotono.C	Kotono.C	Kiko,M					

pilates K 川越店

【 11/25 ~ 11/30 】 スケジュール

2025/11/08 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		Basic👉	Stretch & Conditioning👉	Basic👉	
Kiko,M	Rinka,T		Kotono,C	Kiko,M	Mao,F	
13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	
Back & Arm👉			Back & Arm👉	Waist👉	Stretch & Conditioning	
Mao,F			Kotono,C	Kotono,C	Mao,F	
close			close	close	Basic👉	Back & Arm👉
					Kiko,M	Kotono,C
					close	close
					17:30 ~ 18:30	
					Waist👉	
		Kotono,C				
18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	
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			
Waist👉	Stretch & Conditioning👉	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	close		
Hip & Leg👉	Basic👉	Back & Arm👉	Waist👉			
Kiko,M	Kotono,C	Mao,F	Kotono,C			

 : 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。