

| pilates K 所沢店 | | | | | | | | 【 06/01 ~ 06/08 】 スケジュール | | 2025/06/18 更新 | | | | | | |
|---------------|-------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|--------------------------|----------|------------------------|--------|------------------------|--------|----------------|---------------|----------------|
| 06/01 | 06/02 | 06/03 | 06/04 | 06/05 | 06/06 | 06/07 | 06/08 | 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | |
| 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 | 10:30 ~ 11:30 | Pilates Cardio | Mei.D | Back & Arm | Mei.D | Basic | Yume | Hip & Leg | Back & Spine | Basic |
| 12:30 ~ 13:30 | | 12:00 ~ 13:00 | 12:30 ~ 13:30 | 12:00 ~ 13:00 | 12:00 ~ 13:00 | 12:00 ~ 13:00 | 12:00 ~ 13:00 | Basic | Rio.k | Basic | YUKINA | Animal Stretch | Rio.k | Basic | Waist | YUKINA |
| 14:30 ~ 15:30 | | 13:30 ~ 14:30 | | | 13:30 ~ 14:30 | 13:30 ~ 14:30 | 13:30 ~ 14:30 | Pilates Barre | Mei.D | Waist | YUKINA | Stretch & Conditioning | Yume | Pilates Cardio | Back & Arm | Animal Stretch |
| 16:30 ~ 17:30 | | | | | | | | Waist | Rei.U | | | | | 15:00 ~ 16:00 | 16:30 ~ 17:30 | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 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 | jump to burn | Chinatsu | Stretch & Conditioning | YUKINA | Basic | Rio.k | Basic | Hip & Leg | YUKINA |
| 19:30 ~ 20:30 | | 19:30 ~ 20:30 | 19:30 ~ 20:30 | 19:30 ~ 20:30 | 19:30 ~ 20:30 | 19:30 ~ 20:30 | 19:30 ~ 20:30 | Back & Spine | YUKINA | Back & Arm | Mei.D | Power up Control | YUKINA | Waist | Chinatsu | |
| 21:00 ~ 22:00 | | 21:00 ~ 22:00 | 21:00 ~ 22:00 | 21:00 ~ 22:00 | 21:00 ~ 22:00 | 21:00 ~ 22:00 | 21:00 ~ 22:00 | Hip & Leg | Chinatsu | Pilates Cardio | Mei.D | Hip & Leg | YUKINA | Body Balance | Chinatsu | |

| pilates K 所沢店 | | | | | | | | 【 06/09 ~ 06/16 】 スケジュール | | 2025/06/18 更新 | | | | | | |
|---------------|-------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|--------------------------|-------|---------------|----------|------------------|--------|------------------|------------|---------------|
| 06/09 | 06/10 | 06/11 | 06/12 | 06/13 | 06/14 | 06/15 | 06/16 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | 月 | |
| 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 | 10:30 ~ 11:30 | Basic | Rio.k | Pilates Barre | Chinatsu | Hip & Leg | Mei.D | Waist | Back & Arm | Pilates Barre |
| 12:00 ~ 13:00 | | 12:30 ~ 13:30 | 12:00 ~ 13:00 | 12:00 ~ 13:00 | 12:00 ~ 13:00 | 12:00 ~ 13:00 | 12:00 ~ 13:00 | Pilates Cardio | Mei.D | Basic | Rio.k | Back & Spine | YUKINA | Power up Control | Hip & Leg | Basic |
| 13:30 ~ 14:30 | | | | 13:30 ~ 14:30 | 13:30 ~ 14:30 | 13:30 ~ 14:30 | 13:30 ~ 14:30 | Basic | Rio.k | Basic | Yume | Pilates Barre | Mei.D | Basic | Back & Arm | Runa |
| | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 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 | Release&Strength | arisa | Waist | Mei.D | Release&Strength | Yume | Shape up waist | Basic | Runa |
| 19:30 ~ 20:30 | | 19:30 ~ 20:30 | 19:30 ~ 20:30 | 19:30 ~ 20:30 | 19:30 ~ 20:30 | 19:30 ~ 20:30 | 19:30 ~ 20:30 | Pilates Barre | Mei.D | Back & Spine | YUKINA | Pilates Cardio | Mei.D | Basic | Back & Arm | Runa |
| 21:00 ~ 22:00 | | 21:00 ~ 22:00 | 21:00 ~ 22:00 | 21:00 ~ 22:00 | 21:00 ~ 22:00 | 21:00 ~ 22:00 | 21:00 ~ 22:00 | Hip & Leg | Mei.D | Back & Arm | Mei.D | Waist | Mei.D | Hip & Leg | Yume | |

◆: 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。

close

| pilates K 所沢店 | | 【 06/17 ~ 06/24 】 スケジュール | | | | | 2025/06/18 更新 | |
|--------------------------|----------------------------|----------------------------|----------------------------------|--------------------------|-------------------------|---------------|---------------|--------------------------|
| 06/17 | 06/18 | 06/19 | 06/20 | 06/21 | 06/22 | 06/23 | 06/24 | |
| 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 | 10:30 ~ 11:30 |
| Back & Spine YUKINA | Basic MIO.M | Pilates Barre Mei.D | jump to burn Mei.D | Hip & Leg Mei.D | Basic MIO.M | | | Shape up waist YUKINA |
| 12:00 ~ 13:00 | 12:30 ~ 13:30 | 12:00 ~ 13:00 | 12:00 ~ 13:00 | 12:00 ~ 13:00 | 12:30 ~ 13:30 | 12:30 ~ 13:30 | 12:00 ~ 13:00 | 12:00 ~ 13:00 |
| Basic Rio.k | Power up Control YUKINA | Waist Mei.D | Basic Rio.k | Shape up waist YUKINA | Pilates Cardio Mei.D | | | Hip & Leg YUKINA |
| 13:30 ~ 14:30 | | 13:30 ~ 14:30 | 13:30 ~ 14:30 | 13:30 ~ 14:30 | 14:30 ~ 15:30 | | | 13:30 ~ 14:30 |
| Animal Stretch YUKINA | | Basic MIO.M | Back & Arm Mei.D | Basic Rio.k | Basic MIO.M | | | Basic MIO.M |
| | | | | 15:00 ~ 16:00 | 16:30 ~ 17:30 | | | |
| | | | | Pilates Barre Mei.D | jump to burn Mei.D | | | |
| | | | | | 17:30 ~ 18:30 | | | |
| | | | | Animal Stretch YUKINA | | | | |
| 18:00 ~ 19:00 | 18:00 ~ 19:00 | 18:00 ~ 19:00 | 18:00 ~ 19:00 | 18:00 ~ 19:00 | | | | 18:00 ~ 19:00 |
| Pilates Cardio Yume | Basic Rio.k | Back & Spine YUKINA | Stretch & Conditioning YUKINA | | | | | Back & Arm YUKINA |
| 19:30 ~ 20:30 | 19:30 ~ 20:30 | 19:30 ~ 20:30 | 19:30 ~ 20:30 | 19:30 ~ 20:30 | | | | 19:30 ~ 20:30 |
| Waist Yume | Back & Arm Mei.D | Basic Rio.k | Hip & Leg YUKINA | | | | | Basic Rio.k |
| 21:00 ~ 22:00 | 21:00 ~ 22:00 | 21:00 ~ 22:00 | 21:00 ~ 22:00 | 21:00 ~ 22:00 | | | | 21:00 ~ 22:00 |
| Basic MIO.M | Pilates Barre Mei.D | Power up Control YUKINA | Basic MIO.M | | | | | Pilates Cardio Yume |

| pilates K 所沢店 | | 【 06/25 ~ 06/30 】 スケジュール | | | | | 2025/06/18 更新 | |
|--------------------------|-------------------------|----------------------------------|----------------------------|--------------------------|----------------|--------------------------|---------------|--|
| 06/25 | 06/26 | 06/27 | 06/28 | 06/29 | 06/30 | | | |
| 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 | | | |
| Waist Mei.D | Back & Arm Mei.D | Basic MIO.M | Pilates Barre YUKINA | Hip & Leg YUKINA | | | | |
| 12:30 ~ 13:30 | 12:00 ~ 13:00 | 12:00 ~ 13:00 | 12:00 ~ 13:00 | 12:00 ~ 13:00 | 12:30 ~ 13:30 | | | |
| jump to burn Mei.D | Basic MIO.M | Animal Stretch YUKINA | Basic Rio.k | Basic Yume | | | | |
| | 13:30 ~ 14:30 | 13:30 ~ 14:30 | 13:30 ~ 14:30 | 14:30 ~ 15:30 | | | | |
| | Pilates Cardio Mei.D | Stretch & Conditioning YUKINA | Power up Control YUKINA | Shape up waist YUKINA | | | | |
| | | | Basic MIO.M | Release&Strength Yume | | | | |
| | | | | | 15:00 ~ 16:00 | 16:30 ~ 17:30 | | |
| | | | | | Basic MIO.M | Release&Strength Yume | | |
| | | | | | | | | |
| | | | | 17:30 ~ 18:30 | | | | |
| | | | | Back & Arm Chinatsu | | | | |
| 18:00 ~ 19:00 | 18:00 ~ 19:00 | 18:00 ~ 19:00 | 18:00 ~ 19:00 | | | | | |
| Basic Rio.k | Waist Yume | Pilates Barre Mei.D | | | | | | |
| 19:30 ~ 20:30 | 19:30 ~ 20:30 | 19:30 ~ 20:30 | 19:30 ~ 20:30 | | | | | |
| Animal Stretch YUKINA | Back & Spine Yume | Basic Rio.k | | | | | | |
| 21:00 ~ 22:00 | 21:00 ~ 22:00 | 21:00 ~ 22:00 | 21:00 ~ 22:00 | jump to burn Mei.D | | | | |

■ : 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。

close

close