

pilates K かわぐちスタジオ 【 08/01 ~ 08/08 】 スケジュール

2025/07/11 更新

08/01	08/02	08/03	08/04	08/05	08/06	08/07	08/08
金	土	日	月	火	水	木	金
10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Noa.m	10:30 ~ 11:30 Basic インストラクター未確定	10:30 ~ 11:30 Waist Yuina.D	close	10:30 ~ 11:30 Basic MIHO.T	10:30 ~ 11:30 Back & Spine Yuina.D		10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Noa.m
12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning Yuina.D	12:00 ~ 13:00 Waist Yuina.D	12:30 ~ 13:30 Basic MIHO.T		12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Noa.m	12:30 ~ 13:30 Basic MIHO.T		12:00 ~ 13:00 Body Balance Sazuki
13:30 ~ 14:30 Basic Noa.m	13:30 ~ 14:30 Back & Arm MIHO.T	14:30 ~ 15:30 Back & Spine Yuina.D		13:30 ~ 14:30 Back & Arm MIHO.T			13:30 ~ 14:30 Basic Noa.m
	15:00 ~ 16:00 Pilates Barre Yuina.D	16:30 ~ 17:30 Back & Arm MIHO.T					
	17:30 ~ 18:30 Basic MIHO.T						
18:00 ~ 19:00 Back & Arm MIHO.T				18:00 ~ 19:00 Body Balance Sazuki	18:00 ~ 19:00 Waist Sazuki	18:00 ~ 19:00 Back & Arm MIHO.T	18:00 ~ 19:00 Basic MIHO.T
19:30 ~ 20:30 Pilates Barre Yuina.D				19:30 ~ 20:30 Basic Noa.m	19:30 ~ 20:30 Pilates Workout Sazuki	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Noa.m	19:30 ~ 20:30 Pilates Cardio Sazuki
21:00 ~ 22:00 Basic MIHO.T				21:00 ~ 22:00 Pilates Cardio Sazuki	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Noa.m	21:00 ~ 22:00 Basic MIHO.T	21:00 ~ 22:00 Back & Arm MIHO.T

pilates K かわぐちスタジオ 【 08/09 ~ 08/16 】 スケジュール

2025/07/11 更新

08/09	08/10	08/11	08/12	08/13	08/14	08/15	08/16
土	日	月	火	水	木	金	土
10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning Yuina.D	10:30 ~ 11:30 Basic Noa.m	close	10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio Sazuki	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Noa.m		10:30 ~ 11:30 Waist Yuina.D	10:30 ~ 11:30 Pilates Workout Sazuki
12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Noa.m	12:30 ~ 13:30 Pilates Workout Sazuki		12:00 ~ 13:00 Basic MIHO.T	12:30 ~ 13:30 Stretch & Conditioning Yuina.D		12:00 ~ 13:00 Body Balance Sazuki	12:00 ~ 13:00 Basic MIHO.T
13:30 ~ 14:30 Pilates Barre Yuina.D	14:30 ~ 15:30 Hip & Leg Noa.m		13:30 ~ 14:30 Waist Sazuki			13:30 ~ 14:30 Back & Spine Yuina.D	14:30 ~ 15:30 Stretch & Conditioning Yuina.D
15:00 ~ 16:00 Basic Noa.m	16:30 ~ 17:30 Waist Sazuki						16:30 ~ 17:30 Back & Arm MIHO.T
17:30 ~ 18:30 Body Balance Sazuki							17:30 ~ 18:30 Back & Spine Yuina.D
				18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Noa.m	18:00 ~ 19:00 Back & Spine Yuina.D	18:00 ~ 19:00 Basic Noa.m	18:00 ~ 19:00 Pilates Cardio Sazuki
				19:30 ~ 20:30 Back & Arm MIHO.T	19:30 ~ 20:30 Basic MIHO.T	19:30 ~ 20:30 Pilates Barre Yuina.D	19:30 ~ 20:30 Basic MIHO.T
				21:00 ~ 22:00 Basic Noa.m	21:00 ~ 22:00 Back & Arm MIHO.T	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Noa.m	21:00 ~ 22:00 Back & Arm MIHO.T

- 👉：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週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 かわぐちキャスティ店 【 08/17 ~ 08/24 】 スケジュール

2025/07/11 更新

08/17	08/18	08/19	08/20	08/21	08/22	08/23	08/24
日	月	火	水	木	金	土	日
10:30 ~ 11:30 Pilates Barre Yuina.D	close	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Noa.m	10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning Yuina.D		10:30 ~ 11:30 Basic MIHO.T	10:30 ~ 11:30 Back & Arm MIHO.T	10:30 ~ 11:30 Basic Noa.m
12:30 ~ 13:30 Back & Arm MIHO.T		12:00 ~ 13:00 Back & Arm MIHO.T	12:30 ~ 13:30 Pilates Workout Sazuki		12:00 ~ 13:00 Pilates Barre Yuina.D	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Noa.m	12:30 ~ 13:30 Back & Arm MIHO.T
14:30 ~ 15:30 Waist Yuina.D		13:30 ~ 14:30 Basic Noa.m			13:30 ~ 14:30 Back & Arm MIHO.T	13:30 ~ 14:30 Basic MIHO.T	14:30 ~ 15:30 Hip & Leg Noa.m
16:30 ~ 17:30 Basic MIHO.T						15:00 ~ 16:00 Pilates Cardio Sazuki	16:30 ~ 17:30 Back & Arm MIHO.T
							17:30 ~ 18:30 Basic Noa.m
			18:00 ~ 19:00 Pilates Cardio Sazuki	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Noa.m	18:00 ~ 19:00 Body Balance Sazuki	18:00 ~ 19:00 Basic Sazuki	
			19:30 ~ 20:30 Basic MIHO.T	19:30 ~ 20:30 Body Balance Sazuki	19:30 ~ 20:30 Waist Yuina.D	19:30 ~ 20:30 Back & Spine Yuina.D	
			21:00 ~ 22:00 Back & Spine Sazuki	21:00 ~ 22:00 Basic Noa.m	21:00 ~ 22:00 Pilates Workout Sazuki	21:00 ~ 22:00 Waist Sazuki	

pilates K かわぐちキャスティ店 【 08/25 ~ 08/31 】 スケジュール

2025/07/11 更新

08/25	08/26	08/27	08/28	08/29	08/30	08/31
月	火	水	木	金	土	日
	10:30 ~ 11:30 Basic MIHO.T	10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio Sazuki		10:30 ~ 11:30 Pilates Barre Yuina.D	10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio Sazuki	10:30 ~ 11:30 Basic Noa.m
	12:00 ~ 13:00 Body Balance Sazuki	12:30 ~ 13:30 Basic MIHO.T		12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Noa.m	12:00 ~ 13:00 Basic MIHO.T	12:30 ~ 13:30 Stretch & Conditioning Yuina.D
	13:30 ~ 14:30 Back & Arm MIHO.T			13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning Yuina.D	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Noa.m	14:30 ~ 15:30 Pilates Workout Sazuki
					15:00 ~ 16:00 Back & Arm MIHO.T	16:30 ~ 17:30 Back & Spine Yuina.D
close					17:30 ~ 18:30 Basic Noa.m	
	18:00 ~ 19:00 Waist Yuina.D	18:00 ~ 19:00 Back & Arm MIHO.T	18:00 ~ 19:00 Back & Spine Yuina.D	18:00 ~ 19:00 Back & Arm MIHO.T		
	19:30 ~ 20:30 Pilates Workout Sazuki	19:30 ~ 20:30 Waist Yuina.D	19:30 ~ 20:30 Body Balance Sazuki	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Noa.m		
	21:00 ~ 22:00 Pilates Barre Yuina.D	21:00 ~ 22:00 Back & Spine Yuina.D	21:00 ~ 22:00 Waist Yuina.D	21:00 ~ 22:00 Basic MIHO.T		

👉 : 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。