

pilates K 川崎店		【 08/01 ~ 08/08 】		スケジュール		2025/07/14 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 Mai.T	10:30 ~ 11:30 Basic suzuka.N	10:30 ~ 11:30 Shape up waist yume.N	10:30 ~ 11:30 Basic Suzuka.N	10:30 ~ 11:30 Waist Mai.T	10:30 ~ 11:30 jump to burn kanami	10:30 ~ 11:30 Basic ayano.h	10:30 ~ 11:30 Advance yun
12:00 ~ 13:00 Basic suzuka.N	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Mai.T	12:30 ~ 13:30 Back & Arm chisaki.S	12:00 ~ 13:00 Back & Spine kanami	12:00 ~ 13:00 Basic suzuka.N	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Mai.T	12:00 ~ 13:00 Release&Strength yun	12:00 ~ 13:00 Waist Mai.T
13:30 ~ 14:30 Waist Mai.T	13:30 ~ 14:30 Pilates Cardio kanami	14:30 ~ 15:30 Pilates Barre kanami	13:30 ~ 14:30 Waist Suzuka.N	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Mai.T	13:30 ~ 14:30 Reset Flow kanami	13:30 ~ 14:30 Back & Arm yuka.F	13:30 ~ 14:30 Pilates Workout yun
	15:00 ~ 16:00 Waist Mai.T	16:30 ~ 17:30 Stretch & Conditioning chisaki.S					
	16:30 ~ 17:30 Basic ayano.h						
	18:00 ~ 19:00 Reset Flow kanami						
18:00 ~ 19:00 Pilates Cardio Kanami			18:00 ~ 19:00 Waist Mai.T	18:00 ~ 19:00 Body Balance yun	18:00 ~ 19:00 Pilates Workout yun	18:00 ~ 19:00 Basic ayano.h	18:00 ~ 19:00 Back & Arm yume.N
19:30 ~ 20:30 Basic ayano.h			19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Mai.T	19:30 ~ 20:30 Power up Control yun	19:30 ~ 20:30 Waist suzuka.N	19:30 ~ 20:30 Reset Flow Kanami	19:30 ~ 20:30 Pilates Barre yume.N
21:00 ~ 22:00 Reset Flow Kanami			21:00 ~ 22:00 jump to burn kanami	21:00 ~ 22:00 Waist suzuka.N	21:00 ~ 22:00 Release&Strength yun	21:00 ~ 22:00 Shape up waist Kanami	21:00 ~ 22:00 Basic ayano.h

pilates K 川崎店		【 08/09 ~ 08/16 】		スケジュール		2025/07/14 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 Hip & Leg Mai.T	10:30 ~ 11:30 Basic Suzuka.N	10:30 ~ 11:30 Shape up waist yun	10:30 ~ 11:30 Basic ayano.h	10:30 ~ 11:30 Waist suzuka.N	10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio Kanami	10:30 ~ 11:30 Waist suzuka.N	10:30 ~ 11:30 Power up Control yun
12:00 ~ 13:00 Body Balance yun	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg yuka.F	12:00 ~ 13:00 Basic ayano.h	12:00 ~ 13:00 jump to burn yun	12:00 ~ 13:00 Power up Control yun	12:00 ~ 13:00 Basic ayano.h	12:00 ~ 13:00 Reset Flow Kanami	12:00 ~ 13:00 Waist Mai.T
13:30 ~ 14:30 Basic suzuka.N	14:30 ~ 15:30 Waist Suzuka.N	13:30 ~ 14:30 Release&Strength yun	13:30 ~ 14:30 Advance yun	13:30 ~ 14:30 Basic suzuka.N	13:30 ~ 14:30 Pilates Barre Kanami	13:30 ~ 14:30 Back & Arm Kanami	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg ayano.h
15:00 ~ 16:00 Hip & Leg Mai.T	16:30 ~ 17:30 Back & Arm yuka.F	15:00 ~ 16:00 jump to burn kanami					15:00 ~ 16:00 Body Balance yun
16:30 ~ 17:30 Advance yun		16:30 ~ 17:30 Waist suzuka.N					16:30 ~ 17:30 Basic Mai.T
18:00 ~ 19:00 Waist suzuka.N		18:00 ~ 19:00 Back & Spine Kanami					18:00 ~ 19:00 Hip & Leg ayano.h
			18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Mai.T	18:00 ~ 19:00 Waist Mai.T	18:00 ~ 19:00 Back & Spine yun	18:00 ~ 19:00 Basic ayano.h	
			19:30 ~ 20:30 Pilates Cardio Kanami	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Mai.T	19:30 ~ 20:30 Stretch & Conditioning chisaki.S	19:30 ~ 20:30 Waist Mai.T	
			21:00 ~ 22:00 Waist Mai.T	21:00 ~ 22:00 Pilates Barre yun	21:00 ~ 22:00 Back & Arm Chisaki.S	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg ayano.h	

👉：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時間前を切つ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。

pilates K 川崎店

【 08/17 ~ 08/24 】 スケジュール

2025/07/14 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 Hip & Leg Suzuka.N	10:30 ~ 11:30 Basic ayano.h	10:30 ~ 11:30 Pilates Workout yun	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Chisaki.S	close	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Mai.T	10:30 ~ 11:30 Reset Flow Kanami	10:30 ~ 11:30 Basic Mai.T
12:30 ~ 13:30 Release&Strength yuka.F	12:00 ~ 13:00 Waist Mai.T	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg ayano.h	12:00 ~ 13:00 Basic ayano.h		12:00 ~ 13:00 Basic ayano.h	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Mai.T	12:30 ~ 13:30 Shape up waist Kanami
14:30 ~ 15:30 Basic Suzuka.N	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg ayano.h	13:30 ~ 14:30 Shape up waist yun	13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning chisaki.S		13:30 ~ 14:30 Reset Flow Kanami	13:30 ~ 14:30 Waist suzuka.N	14:30 ~ 15:30 Pilates Cardio yun
16:30 ~ 17:30 Pilates Cardio yuka.F						15:00 ~ 16:00 Advance yun	16:30 ~ 17:30 Hip & Leg Mai.T
						16:30 ~ 17:30 Basic suzuka.N	
						18:00 ~ 19:00 Back & Spine yun	
	18:00 ~ 19:00 Shape up waist Kanami	18:00 ~ 19:00 Basic suzuka.N	18:00 ~ 19:00 Advance yun		18:00 ~ 19:00 jump to burn yun		
	19:30 ~ 20:30 Basic suzuka.N	19:30 ~ 20:30 Back & Spine Kanami	19:30 ~ 20:30 Basic suzuka.N		19:30 ~ 20:30 Release&Strength yun		
	21:00 ~ 22:00 Back & Arm Kanami	21:00 ~ 22:00 Pilates Cardio Kanami	21:00 ~ 22:00 Body Balance yun		21:00 ~ 22:00 Basic ayano.h		

pilates K 川崎店

【 08/25 ~ 08/31 】 スケジュール

2025/07/14 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 Waist Mai.T	10:30 ~ 11:30 Power up Control Kanami	10:30 ~ 11:30 Advance yun	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg ayano.h	10:30 ~ 11:30 Basic ayano.h	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg ayano.h	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Kanami
12:00 ~ 13:00 Reset Flow Kanami	12:00 ~ 13:00 Basic suzuka.N	12:30 ~ 13:30 Pilates Barre yun	12:00 ~ 13:00 Body Balance yun	12:00 ~ 13:00 Waist Mai.T	12:00 ~ 13:00 Power up Control Kanami	12:30 ~ 13:30 Basic suzuka.N
13:30 ~ 14:30 Shape up waist Kanami	13:30 ~ 14:30 jump to burn Kanami	13:30 ~ 14:30 Waist Mai.T	13:30 ~ 14:30 Basic ayano.h	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Mai.T	13:30 ~ 14:30 Waist suzuka.N	14:30 ~ 15:30 Body Balance yun
					15:00 ~ 16:00 Basic ayano.h	16:30 ~ 17:30 Power up Control Kanami
					16:30 ~ 17:30 jump to burn Kanami	
					18:00 ~ 19:00 Basic suzuka.N	
18:00 ~ 19:00 Pilates Cardio Kanami	18:00 ~ 19:00 Back & Arm Chisaki.S	18:00 ~ 19:00 Basic suzuka.N	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Mai.T	18:00 ~ 19:00 Body Balance yun		
19:30 ~ 20:30 Waist suzuka.N	19:30 ~ 20:30 Basic Suzuka.N	19:30 ~ 20:30 Waist Mai.T	19:30 ~ 20:30 Pilates Workout yun	19:30 ~ 20:30 Basic ayano.h		
21:00 ~ 22:00 Basic ayano.h	21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning Chisaki.S	21:00 ~ 22:00 Basic suzuka.N	21:00 ~ 22:00 Waist Mai.T	21:00 ~ 22:00 Back & Spine yun		

👉 : 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。