


| pilatesK かわぐちサティ店 | | 【 02/01 ~ 02/08 】 スケジュール | | | | | | 2026/01/29 更新 | | | | | | |
|-------------------|---------------|--------------------------|----------------|------------------------|---------------|------------------------|---------------|---------------|-------|---------------|-------|-------|-------|--|
| 02/01 | 02/02 | 02/03 | 02/04 | 02/05 | 02/06 | 02/07 | 02/08 | | | | | | | |
| 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 | | | | | | | |
| Advance | | Shape up waist | Advance | | Back & Arm | Pre Basic | Hip & Leg | | | | | | | |
| Noa.m | | Yuina.D | Kiko.M | | Mana.H | Sazuki | インストラクター未確定 | | | | | | | |
| 12:30 ~ 13:30 | | 12:00 ~ 13:00 | 12:30 ~ 13:30 | | 12:00 ~ 13:00 | 12:00 ~ 13:00 | 12:30 ~ 13:30 | | | | | | | |
| Back & Arm | | Pre Basic | Waist | | Hip & Leg | Stretch & Conditioning | Pre Basic | | | | | | | |
| Shiori.H | | Sazuki | Kiko.M | | Noa.m | natuki. s | Sazuki | | | | | | | |
| 14:30 ~ 15:30 | | 13:30 ~ 14:30 | close | | 13:30 ~ 14:30 | 13:30 ~ 14:30 | 14:30 ~ 15:30 | | | | | | | |
| Basic | | Stretch & Conditioning | | | Basic | Back & Arm | Leg Lines | | | | | | | |
| Noa.m | | Yuina.D | | | Mana.H | Sazuki | Sazuki | | | | | | | |
| 16:30 ~ 17:30 | | close | | | close | close | 15:00 ~ 16:00 | 16:30 ~ 17:30 | | | | | | |
| Back & Arm | | | | | | | Waist | Basic | | | | | | |
| Shiori.H | | | | | | | natuki. s | インストラクター未確定 | | | | | | |
| close | | | | | | | close | close | close | close | close | | | |
| | | | | | | | | | | 17:30 ~ 18:30 | | | | |
| | | | | | | | | | | Leg Lines | | | | |
| | | | | | | | | | | Sazuki | | | | |
| | 18:00 ~ 19:00 | | 18:00 ~ 19:00 | 18:00 ~ 19:00 | | | | | | 18:00 ~ 19:00 | | close | close | |
| | Basic | | Shape up waist | Stretch & Conditioning | | | | | | Back & Spine | | | | |
| | Noa.m | | Yuina.D | Yuina.D | | | | | | Yuina.D | | | | |
| | 19:30 ~ 20:30 | 19:30 ~ 20:30 | 19:30 ~ 20:30 | 19:30 ~ 20:30 | | | | | | | | | | |
| | Waist | Pilates Workout | Back & Spine | Basic | | | | | | | | | | |
| | Noa.m | Noa.m | Yuina.D | Yuina.D | | | | | | | | | | |
| 21:00 ~ 22:00 | 21:00 ~ 22:00 | 21:00 ~ 22:00 | 21:00 ~ 22:00 | | | | | | | | | | | |
| Leg Lines | Basic | Pilates Workout | Hip & Leg | | | | | | | | | | | |
| Sazuki | Noa.m | Noa.m | Noa.m | | | | | | | | | | | |

| pilatesK かわぐちサティ店 | | 【 02/09 ~ 02/16 】 | | スケジュール | | | | | | | |
|-------------------|----------------|--------------------------|-------|-----------------|--------------------------|----------------|-------|-------|--|--|--|
| 02/09 | 02/10 | 02/11 | 02/12 | 02/13 | 02/14 | 02/15 | 02/16 | | | | |
| 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 | | | | |
| | Pilates Cardio | Basic 🌱 | | Basic 🌱 | Leg Lines | Basic 🌱 | | | | | |
| | Chizuru.S | Shiori.H | | Kotono.C | Sazuki | Kalia | | | | | |
| | 12:00 ~ 13:00 | 12:00 ~ 13:00 | | 12:00 ~ 13:00 | 12:00 ~ 13:00 | 12:30 ~ 13:30 | | | | | |
| | Basic 🌱 | Stretch & Conditioning 🌱 | | Back & Arm 🌱 | Advance | Shape up waist | | | | | |
| | Yuina.D | Yuina.D | | Kotono.C | Noa.m | Yuina.D | | | | | |
| | 13:30 ~ 14:30 | 13:30 ~ 14:30 | | 13:30 ~ 14:30 | 13:30 ~ 14:30 | 14:30 ~ 15:30 | | | | | |
| | Back & Arm 🌱 | Basic 🌱 | | Pilates Workout | Hip & Leg 🌱 | Basic 🌱 | | | | | |
| | Chizuru.S | Shiori.H | | Noa.m | Noa.m | Yuina.D | | | | | |
| | close | 15:00 ~ 16:00 | | close | 15:00 ~ 16:00 | 16:30 ~ 17:30 | | | | | |
| | | Back & Spine | | | Pre Basic 🌱 | Back & Arm 🌱 | | | | | |
| | | Yuina.D | | | Sazuki | Kalia | | | | | |
| | | close | | | close | close | | | | | |
| | | 17:30 ~ 18:30 | | | 17:30 ~ 18:30 | | | | | | |
| | | Waist 🌱 | | | Pilates Cardio | | | | | | |
| | | Shiori.H | | | Sazuki | | | | | | |
| | 18:00 ~ 19:00 | close | | 18:00 ~ 19:00 | 18:00 ~ 19:00 | | | close | | | |
| | Hip & Leg 🌱 | | | Shape up waist | Basic 🌱 | | | | | | |
| | Noa.m | | | Yuina.D | Noa.m | | | | | | |
| | 19:30 ~ 20:30 | | | 19:30 ~ 20:30 | 19:30 ~ 20:30 | | | | | | |
| | Basic 🌱 | | | Basic 🌱 | Back & Spine | | | | | | |
| | Yuina.D | | | Noa.m | Yuina.D | | | | | | |
| | 21:00 ~ 22:00 | | | 21:00 ~ 22:00 | 21:00 ~ 22:00 | | | | | | |
| | Waist 🌱 | | | Advance | Stretch & Conditioning 🌱 | | | | | | |
| | Noa.m | | | Noa.m | Yuina.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。

| pilatesK かわぐちシティ店 | | 【 02/17 ~ 02/24 】 | | | | スケジュール | | 2026/01/29 | 更新 |
|-------------------|----------------|--------------------------|----------------|--------------------------|--------------------------|--------|---------------|------------|----|
| 02/17 | 02/18 | 02/19 | 02/20 | 02/21 | 02/22 | 02/23 | 02/24 | | |
| 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | 月 | 火 | | |
| 10:30 ~ 11:30 | 10:30 ~ 11:30 | close | 10:30 ~ 11:30 | 10:30 ~ 11:30 | 10:30 ~ 11:30 | close | 10:30 ~ 11:30 | | |
| Hip & Leg 🌱 | Basic 🌱 | | Pilates Cardio | Stretch & Conditioning 🌱 | Back & Arm 🌱 | | Back & Spine | | |
| Noa.m | Yuina.D | | Chizuru.S | Kalia | Mana.H | | Yuina.D | | |
| 12:00 ~ 13:00 | 12:30 ~ 13:30 | | 12:00 ~ 13:00 | 12:00 ~ 13:00 | 12:30 ~ 13:30 | | 12:00 ~ 13:00 | | |
| Pre Basic 🌱 | Back & Spine | | Basic 🌱 | Hip & Leg 🌱 | Stretch & Conditioning 🌱 | | Basic 🌱 | | |
| Sazuki | Yuina.D | | Sazuki | Noa.m | Yuina.D | | Yuina.D | | |
| 13:30 ~ 14:30 | close | | 13:30 ~ 14:30 | 13:30 ~ 14:30 | 14:30 ~ 15:30 | | 13:30 ~ 14:30 | | |
| Pilates Cardio | | | Back & Arm 🌱 | Advance | Shape up waist | | Waist 🌱 | | |
| Sazuki | | | Chizuru.S | Noa.m | Yuina.D | | インストラクター未確定 | | |
| close | | | close | close | 15:00 ~ 16:00 | | 16:30 ~ 17:30 | close | |
| | | | | | Leg Lines | | Basic 🌱 | | |
| | | | | | Kalia | | Mana.H | | |
| | | | | | close | | close | | |
| 17:30 ~ 18:30 | | | | | | | | | |
| Back & Arm 🌱 | | | | | | | | | |
| Kalia | | | | | | | | | |
| close | | | | | | | | | |
| 18:00 ~ 19:00 | 18:00 ~ 19:00 | 18:00 ~ 19:00 | 18:00 ~ 19:00 | close | 18:00 ~ 19:00 | | | | |
| Basic 🌱 | Shape up waist | Stretch & Conditioning 🌱 | Waist 🌱 | | Basic 🌱 | | | | |
| Yuri.H | Mizuki | Yuina.D | Sazuki | | Noa.m | | | | |
| 19:30 ~ 20:30 | 19:30 ~ 20:30 | 19:30 ~ 20:30 | 19:30 ~ 20:30 | | 19:30 ~ 20:30 | | | | |
| Pilates Workout | Basic 🌱 | Leg Lines | Advance | | Waist 🌱 | | | | |
| Noa.m | Noa.m | misaki.N | Noa.m | | インストラクター未確定 | | | | |
| 21:00 ~ 22:00 | 21:00 ~ 22:00 | 21:00 ~ 22:00 | 21:00 ~ 22:00 | | 21:00 ~ 22:00 | | | | |
| Basic 🌱 | Back & Arm 🌱 | Pilates Cardio | Waist 🌱 | Hip & Leg 🌱 | | | | | |
| Yuri.H | Mizuki | misaki.N | Noa.m | Noa.m | | | | | |

| pilatesK かわぐちシティ店 | | 【 02/25 ~ 02/28 】 スケジュール | |
|--------------------------|-----------------|--------------------------|----------------|
| 02/25 | 02/26 | 02/27 | 02/28 |
| 水 | 木 | 金 | 土 |
| 10:30 ~ 11:30 | close | 10:30 ~ 11:30 | 10:30 ~ 11:30 |
| Basic 🌱 | | Leg Lines | Basic 🌱 |
| Noa.m | | Sazuki | Yuina.D |
| 12:30 ~ 13:30 | | 12:00 ~ 13:00 | 12:00 ~ 13:00 |
| Pilates Workout | | Pre Basic 🌱 | Hip & Leg 🌱 |
| Noa.m | | Sazuki | Noa.m |
| close | | 13:30 ~ 14:30 | 13:30 ~ 14:30 |
| | | Waist 🌱 | Shape up waist |
| | | インストラクター未確定 | Yuina.D |
| | | close | 15:00 ~ 16:00 |
| | | | Basic 🌱 |
| | | | Noa.m |
| | | | close |
| | | | 17:30 ~ 18:30 |
| | | Pilates Workout | |
| | | Noa.m | |
| 18:00 ~ 19:00 | | 18:00 ~ 19:00 | 18:00 ~ 19:00 |
| Waist 🌱 | Pilates Workout | Stretch & Conditioning 🌱 | |
| インストラクター未確定 | Noa.m | Yuina.D | |
| 19:30 ~ 20:30 | 19:30 ~ 20:30 | 19:30 ~ 20:30 | |
| Stretch & Conditioning 🌱 | Waist 🌱 | Basic 🌱 | |
| Yuina.D | インストラクター未確定 | Yuina.D | |
| 21:00 ~ 22:00 | 21:00 ~ 22:00 | 21:00 ~ 22:00 | |
| Waist 🌱 | Hip & Leg 🌱 | Waist 🌱 | |
| インストラクター未確定 | Noa.m | インストラクター未確定 | |

🌱 : 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。