

pilatesK		かわぐちスタジオ		【 02/01 ~ 02/08 】				スケジュール		2026/01/28 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		Noa.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			
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		15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30			
Back & Arm		Waist						Advance									
Shiori.H		natuki. s						Noa.m									
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	
						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 かわぐちスタジオ		【 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		
	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	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

2026/01/28 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					
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	close	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		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Basic 🌱		Leg Lines	Basic 🌱
Noa.m		Kalia	Yuina.D
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00
Pilates Workout		Stretch & Conditioning 🌱	Hip & Leg 🌱
Noa.m		Kalia	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	close
Waist 🌱	Pilates Workout	Shape up waist	
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。