

【 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		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		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			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						15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	
Back & Arm						Waist	Advance	
Shiori.H						natuki.s	Noa.m	
close	close	close	close	close	close	close	close	close
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	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	19:30 ~ 20:30	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	21:00 ~ 22:00	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					

【 02/09 ~ 02/16 】 スケジュール								02/15	02/16
02/09	02/10	02/11	02/12	02/13	02/14	02/15	02/16		
月	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			
	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	close	close	close	close	close	close	close	close	
	15:00 ~ 16:00			15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30				
	Back & Spine			Pre Basic	Back & Arm				
	Yuina.D			Sazuki	Kalia				
	17:30 ~ 18:30			17:30 ~ 18:30					
	Waist			Pilates Cardio					
	Shiori.H			Sazuki					
	18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00				
	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				

👉 : 体験可能なレッスン
 ・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時間前まで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。

pilatesK かわぐちキネティク店		【 02/17 ~ 02/24 】 スケジュール				2026/01/28	
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		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		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
Suzuki	Yuina.D		Suzuki	Noa.m	Yuina.D		Yuina.D
13:30 ~ 14:30			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
Suzuki			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		
				Leg Lines	Basic		
				Kalia	Mana.H		
close	close	close		close		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	18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00
Basic	Shape up waist	Stretch & Conditioning	Waist				Basic
Yuri.H	Mizuki	Yuina.D	Suzuki				Noa.m
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 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			21:00 ~ 22:00
Basic	Back & Arm	Pilates Cardio	Waist				Hip & Leg
Yuri.H	Mizuki	misaki.N	Noa.m				Noa.m

pilatesK かわぐちキレイ店		【 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	
close		Waist 🌸	Shape up waist	
close		インストラクター未確定	Yuina.D	
close			15:00 ~ 16:00	
close			Basic 🌸	
close			Noa.m	
close			close	
close			17:30 ~ 18:30	
close			Pilates Workout	
close			Noa.m	
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
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 🌸		close
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	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		

■ 体験可能レップン
・グ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。
・ご予約され後レッスンをキャンセルされる場合は、1時間前までにお願いしております。
・レッスン開始から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。