

pilatesK 川崎店		【 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		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	
jump to burn		Pre Basic 🌈		Back&Arm 🌈		Leg Lines		Release&Strength		jump to burn		Waist 🌈		Leg Lines	
suzuka.N		Riko.M		Kanami		mai.T		suzuka.N		suzuka.N		Kotono.E		mai.T	
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30	
Body Balance		Pilates Workout		Shape up waist		Basic 🌈		Hip&Leg 🌈		Waist 🌈		Body Balance		Pre Basic 🌈	
ayano.H		mai.T		Kanami		mai.T		Riko.M		suzuka.N		Mari.y		Riko.M	
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30		14:30 ~ 15:30	
Waist 🌈		Hip&Leg 🌈		Basic 🌈		Stretch&Conditioning 🌈		Waist 🌈		Pre Basic 🌈		jump to burn		Hip Punch	
suzuka.N		Riko.M		mai.T		suzuka.N		suzuka.N		Riko.M		suzuka.N		mai.T	
16:30 ~ 17:30		close		close		close		close		close		15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30	
Pilates Barre												Waist 🌈			
Mari.y												Riko.M			
16:30 ~ 17:30												close			
Release&Strength															
suzuka.N															
18:00 ~ 19:00															
Reset Flow		Mari.y													
close		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		close			
Release&Strength		Hip Punch		jump to burn		Pre Basic 🌈		Leg Lines		close		close			
suzuka.N		mai.T		suzuka.N		Riko.M		mai.T							
19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30							
Hip Punch		Pre Basic 🌈		Back&Arm 🌈		Pilates Workout		Hip&Leg 🌈							
mai.T		Riko.M		ayano.H		mai.T		Riko.M							
21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00							
jump to burn		Hip&Leg 🌈		Body Balance		Leg Lines		Pilates Workout							
suzuka.N		Riko.M		ayano.H		mai.T		mai.T							

pilatesK 川崎店		【 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	
10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	
jump to burn		Basic👉		Power up Control		Basic👉		Body Balance		Back & Arm👉		jump to burn		Hip Punch	
suzuka.N		suzuka.N		Elliy		suzuka.N		Chisaki.S		Kotono.E		Riko.M		mai.T	
12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30		12:30 ~ 13:30	
Leg Lines		Pilates Cardio		Back & Arm👉		Hip Punch		jump to burn		Pre Basic👉		Hip & Leg👉		Pilates Cardio	
mai.T		Kanami		Chisaki.S		mai.T		Riko.M		Riko.M		mai.T		Kanami	
13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30		14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	
Hip & Leg👉		Back & Arm👉		Reset Flow		Body Balance		Back & Arm👉		Shape up waist		Pre Basic👉		Leg Lines	
mai.T		Kanami		Kanami		ayano.H		Chisaki.S		Kanami		Riko.M		mai.T	
close	close	close		15:00 ~ 16:00		close		close		15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30		close	
				Hip & Leg👉						jump to burn		Pilates Workout			
				Kanami						Riko.M		mai.T			
				16:30 ~ 17:30						16:30 ~ 17:30		close			
				Shape up waist						Pilates Barre					
				Elliy						Kanami					
18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00													
Body Balance		Hip & Leg👉		Riko.M											
Chisaki.S															
18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		close		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		close		close		18:00 ~ 19:00	
Pilates Workout		Release&Strength				Leg Lines		Basic👉						Waist👉	
Kanami		suzuka.N				mai.T		mai.T						suzuka.N	
19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30						19:30 ~ 20:30	
Pilates Barre		Leg Lines				Waist👉		Pilates Cardio						Basic👉	
Kanami		mai.T				Riko.M		Kanami						suzuka.N	
21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		close		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		close		close		21:00 ~ 22:00	
Waist👉		Hip Punch				Pre Basic👉		Hip Punch						Reset Flow	
Riko.M		mai.T				Riko.M		mai.T						Kanami	

 :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 川崎店		【 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	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
Release&Strength	Waist 🌱		Pilates Cardio	Release&Strength	Reset Flow	Shape up waist	Reset Flow	
suzuka.N	Riko.M		Kanami	suzuka.N	Kanami	Kanami	Nanami.N	
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	
Basic 🌱	Pre Basic 🌱		Pilates Barre	jump to burn	Release&Strength	Leg Lines	Waist 🌱	
suzuka.N	Riko.M		Kanami	Riko.M	suzuka.N	mai.T	suzuka.N	
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	
Hip & Leg 🌱	Pilates Workout		Waist 🌱	Stretch & Conditioning 🌱	Pilates Cardio	Power up Control	Release&Strength	
Riko.M	mai.T		Riko.M	suzuka.N	Kanami	Kanami	suzuka.N	
close	close		close	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	15:00 ~ 16:00	close
					Hip & Leg 🌱	Waist 🌱	Basic 🌱	
					Riko.M	suzuka.N	mai.T	
					16:30 ~ 17:30	close	16:30 ~ 17:30	
					Waist 🌱		Back & Arm 🌱	
					suzuka.N		Kanami	
					18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	
					Pre Basic 🌱		Hip Punch	
					Riko.M		mai.T	
					18:00 ~ 19:00	close	close	
Pilates Barre	Release&Strength		Pilates Workout	Stretch & Conditioning 🌱				
Kanami	suzuka.N		mai.T	suzuka.N				
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				
jump to burn	Hip Punch		Pre Basic 🌱	Hip & Leg 🌱				
Riko.M	mai.T		Riko.M	Riko.M				
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				
Back & Arm 🌱	Basic 🌱		Hip & Leg 🌱	Pre Basic 🌱				
Kanami	suzuka.N		mai.T	Riko.M				

pilatesK 川崎店		【 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	10:30 ~ 11:30		
Pilates Workout	Pilates Barre	Shape up waist	Power up Control		
mai.T	Kanami	Kanami	Kanami		
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		
Shape up waist	Power up Control	Back & Arm 🌱	Leg Lines		
Kanami	Kanami	Chisaki.S	mai.T		
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		
Reset Flow	Back & Arm 🌱	Body Balance	Basic 🌱		
Kanami	ayano.H	Chisaki.S	suzuka.N		
close	close	close	15:00 ~ 16:00		
			Shape up waist		
			Kanami		
			16:30 ~ 17:30		
			Release&Strength		
			suzuka.N		
			18:00 ~ 19:00		
			Pilates Workout		
			mai.T		
			close		
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			
Pre Basic 🌱	Hip & Leg 🌱	Waist 🌱			
Riko.M	Riko.M	未確定			
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
Release&Strength	Waist 🌱	jump to burn			
suzuka.N	Riko.M	suzuka.N			
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
Waist 🌱	Pilates Workout	Stretch & Conditioning 🌱			
Riko.M	mai.T	suzuka.N			

🌱 : 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。