

pilatesK 川崎店		【 02/01 ~ 02/08 】 スケジュール						2026/01/30 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 suzuka.N	Pre Basic Riko.M	Back&Arm Kanami	Leg Lines mai.T	Release&Strength suzuka.N	jump to burn suzuka.N	Back&Arm Kotono.E	Leg Lines 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 ayano.H	Pilates Workout mai.T	Shape up waist Kanami	Basic mai.T	Hip&Leg Riko.M	Waist suzuka.N	Body Balance Mari.y	Pre Basic 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 suzuka.N	Hip&Leg Riko.M	Basic mai.T	Stretch&Conditioning suzuka.N	Waist suzuka.N	Pre Basic Riko.M	jump to burn suzuka.N	Hip Punch mai.T				
16:30 ~ 17:30	close	close	close	close	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30				
Back&Arm ayano.H						Pilates Barre Mari.y	Waist Riko.M				
close						16:30 ~ 17:30	close				
						Release&Strength suzuka.N					
						18:00 ~ 19:00					
						Reset Flow Mari.y					
						18:00 ~ 19:00		close			
						Release&Strength suzuka.N					
						Hip Punch mai.T					
						jump to burn suzuka.N					
						Pre Basic Riko.M					
						Leg Lines mai.T					
						19:30 ~ 20:30					
						Hip Punch mai.T		Pre Basic Riko.M	Back&Arm ayano.H	Pilates Workout mai.T	Hip&Leg Riko.M
						21:00 ~ 22:00		jump to burn suzuka.N	Hip&Leg Riko.M	Body Balance ayano.H	Leg Lines 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 suzuka.N	Basic suzuka.N	Power up Control Elliy	Basic suzuka.N	Body Balance Chisaki.S	Back&Arm Kotono.E	jump to burn Riko.M	Hip Punch 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 mai.T	Pilates Cardio Kanami	Back&Arm Chisaki.S	Hip Punch mai.T	jump to burn Riko.M	Pre Basic Riko.M	Hip&Leg mai.T	Pilates Cardio 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 mai.T	Back&Arm Kanami	Reset Flow Kanami	Body Balance ayano.H	Back&Arm Chisaki.S	Shape up waist Kanami	Pre Basic Riko.M	Leg Lines mai.T
close	close	15:00 ~ 16:00	close	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	close
		Hip&Leg Kanami			jump to burn Riko.M	Pilates Workout mai.T	
		16:30 ~ 17:30			16:30 ~ 17:30	close	
		Shape up waist Elliy			Pilates Barre Kanami		
		18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00		
		Body Balance Chisaki.S			Hip&Leg Riko.M		
		18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00	close	
Pilates Workout Kanami	Release&Strength suzuka.N	Leg Lines mai.T	Basic mai.T	Waist suzuka.N			
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
Pilates Barre Kanami	Leg Lines mai.T	Waist Riko.M	Pilates Cardio Kanami	Basic suzuka.N			
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
Waist Riko.M	Hip Punch mai.T	close	Pre Basic Riko.M	Hip Punch mai.T	close	Reset Flow Kanami	

・体験可能レッスン
・クラスの個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時間前までにお願いしております。
・レッスン開始時刻 1時間前を切った後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		2026/01/30 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		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
Pilates Barre	Release&Strength		Pilates Workout	close	close	close	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		
close	close	close	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			

・休職可能レッスン
 ・クラスの曜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サイトまでご確認ください。
 ・ご予約されたレッスンをキャンセルされる場合は、1週間前迄にお願しております。
 ・レッスン開始時間1時間前迄のキャンセルが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。