

【 03/01 ~ 03/08 】 スケジュール								2026/02/12 更新
03/01	03/02	03/03	03/04	03/05	03/06	03/07	03/08	
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
Advance		Pilates Barre	Back & Arm		Pilates Cardio	Waist	Stretch & Conditioning	
Noa.m		Yuina.D	Yuina.D		Nagisa.T	Chihiro.K	Yuina.D	
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30
Waist		Waist	Basic		Basic	Pilates Workout	Pilates Barre	
Chihiro.K		Chihiro.K	Noa.m		Nagisa.T	Noa.m	Yuina.D	
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	
Pilates Workout		Stretch & Conditioning			Waist	Basic	Hip & Leg	
Noa.m		Yuina.D			Chihiro.K	Noa.m	Noa.m	
16:30 ~ 17:30					15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		
Waist					Waist	Advance		
Chihiro.K					Chihiro.K	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	17:30 ~ 18:30	
Advance		Back & Spine	Pilates Workout	Back & Arm		Advance		
Noa.m		Yuina.D	Noa.m	Yuina.D		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	19:30 ~ 20:30	17:30 ~ 18:30	
Waist		Basic	Waist	Stretch & Conditioning		Waist		
Chihiro.K		Noa.m	Chihiro.K	Yuina.D		Chihiro.K		
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	17:30 ~ 18:30	
Basic		Hip & Leg	Basic	Waist		Waist		
Noa.m		Noa.m	Noa.m	Chihiro.K		Chihiro.K		

【 03/09 ~ 03/16 】 スケジュール								03/15	03/16
03/09	03/10	03/11	03/12	03/13	03/14	03/15	03/16		
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		
Advance		Back & Spine		Release&Strength	Back & Arm	Pilates Barre			
Noa.m		Yuina.D		aina.K	Yuina.D	Yuina.D			
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30			
Back & Spine		Advance		Waist	Advance	Waist			
Yuina.D		Noa.m		Chihiro.K	Noa.m	Chihiro.K			
13:30 ~ 14:30		Basic		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30			
Basic		Noa.m		Pilates Barre	Back & Spine	Basic			
Noa.m				aina.K	Yuina.D	Yuina.D			
close	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	17:30 ~ 18:30		
Waist		Back & Arm	Basic	Waist		Waist			
Chihiro.K		kano.k	Yuina.D	Chihiro.K		Chihiro.K			
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	17:30 ~ 18:30		
Stretch & Conditioning		Pilates Workout	Waist	Basic		Stretch & Conditioning			
Yuina.D		Noa.m	Chihiro.K	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	17:30 ~ 18:30		
Waist		Back & Arm	Pilates Barre	Back & Arm		Waist			
Chihiro.K		kano.k	Yuina.D	Yuina.D		Chihiro.K			

👉 : 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 かわぐちキレイ店			【 03/17 ~ 03/24 】 スケジュール					2026/02/12 更新	
03/17	03/18	03/19	03/20	03/21	03/22	03/23	03/24		
火 10:30 ~ 11:30 Hip & Leg	水 10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning	木 Noa.m 12:00 ~ 13:00 Basic	金 Chihiro.K 12:00 ~ 13:00 Pilates Workout	土 Pilates Cardio	日 Waist	月 10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio	火 12:00 ~ 13:00 Back & Arm	10:30 ~ 11:30	
Yuina.D 13:30 ~ 14:30 Back & Arm	Yuina.D 13:30 ~ 14:30 Waist	Chihiro.K 13:30 ~ 14:30 Basic	Noa.m 14:30 ~ 15:30 Waist	Chihiro.K 14:30 ~ 15:30 Basic	Noa.m 15:00 ~ 16:00 Waist	Chihiro.K 15:00 ~ 16:00 Basic	Machi.S 16:30 ~ 17:30 Basic	Machi.S	
Yuina.D 18:00 ~ 19:00 Advance	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg	18:00 ~ 19:00 Basic	Noa.m 17:30 ~ 18:30 Hip & Leg	Noa.m 17:30 ~ 18:30 Basic	Noa.m 18:00 ~ 19:00 Waist	Chihiro.K 19:30 ~ 20:30 Pilates Barre	18:00 ~ 19:00 Waist	Chihiro.K 19:30 ~ 20:30 Pilates Barre	
19:30 ~ 20:30 Release&Strength	19:30 ~ 20:30 Basic	19:30 ~ 20:30 Back & Spine	Machi.S 21:00 ~ 22:00 Basic	Machi.S 21:00 ~ 22:00 Pilates Cardio	Yuina.D 21:00 ~ 22:00 Basic	Machi.S 21:00 ~ 22:00 Machi.S	19:30 ~ 20:30 Pilates Barre	21:00 ~ 22:00 Waist	
19:30 ~ 20:30 Machi.S	19:30 ~ 20:30 Machi.S	19:30 ~ 20:30 Yuina.D	21:00 ~ 22:00 Machi.S	21:00 ~ 22:00 Machi.S	21:00 ~ 22:00 Machi.S	21:00 ~ 22:00 Machi.S	21:00 ~ 22:00 Chihiro.K	21:00 ~ 22:00 Chihiro.K	

pilatesK かわぐちキレイ店			【 03/25 ~ 03/31 】 スケジュール					
03/25	03/26	03/27	03/28	03/29	03/30	03/31		
水 10:30 ~ 11:30 Waist	木 10:30 ~ 11:30 Pilates Workout	金 10:30 ~ 11:30 Noa.m	土 10:30 ~ 11:30 Basic	日 10:30 ~ 11:30 Back & Spine	月 10:30 ~ 11:30 Waist	火 10:30 ~ 11:30 Waist	10:30 ~ 11:30	Waist
Chihiro.K 12:30 ~ 13:30 Release&Strength	12:30 ~ 13:30 Basic	12:30 ~ 13:30 Machi.S	12:00 ~ 13:00 Basic	12:00 ~ 13:00 Release&Strength	12:30 ~ 13:30 Waist	Chihiro.K 12:00 ~ 13:00 Basic	12:00 ~ 13:00 Basic	Chihiro.K 12:00 ~ 13:00 Noa.m
Machi.S 18:00 ~ 19:00 Back & Spine	18:00 ~ 19:00 Pilates Cardio	18:00 ~ 19:00 Waist	Noa.m 13:30 ~ 14:30 Hip & Leg	13:30 ~ 14:30 Pilates Cardio	14:30 ~ 15:30 Pilates Barre	Noa.m 13:30 ~ 14:30 Waist	18:00 ~ 19:00 Back & Arm	18:00 ~ 19:00 Yuina.D
18:00 ~ 19:00 Yuina.D	18:00 ~ 19:00 Machi.S	18:00 ~ 19:00 Chihiro.K	Machi.S 14:30 ~ 15:30 Noa.m	Machi.S 14:30 ~ 15:30 Pilates Cardio	Yuina.D 15:00 ~ 16:00 Pilates Barre	Chihiro.K 15:00 ~ 16:00 Waist	19:30 ~ 20:30 Release&Strength	19:30 ~ 20:30 Machi.S
19:30 ~ 20:30 Basic	19:30 ~ 20:30 Waist	19:30 ~ 20:30 Basic	Chihiro.K 15:00 ~ 16:00 Noa.m	Chihiro.K 15:00 ~ 16:00 Pilates Cardio	Yuina.D 16:30 ~ 17:30 Pilates Barre	Chihiro.K 16:30 ~ 17:30 Waist	21:00 ~ 22:00 Pilates Cardio	21:00 ~ 22:00 Machi.S
Noa.m 19:30 ~ 20:30 Hip & Leg	19:30 ~ 20:30 Release&Strength	19:30 ~ 20:30 Waist	Chihiro.K 16:30 ~ 17:30 Noa.m	Chihiro.K 16:30 ~ 17:30 Pilates Cardio	Yuina.D 17:30 ~ 18:30 Hip & Leg	Chihiro.K 17:30 ~ 18:30 Noa.m	21:00 ~ 22:00 Pilates Cardio	21:00 ~ 22:00 Machi.S
21:00 ~ 22:00 Noa.m	21:00 ~ 22:00 Machi.S	21:00 ~ 22:00 Chihiro.K	21:00 ~ 22:00 Chihiro.K	21:00 ~ 22:00 Chihiro.K	21:00 ~ 22:00 Noa.m	21:00 ~ 22:00 Chihiro.K	21:00 ~ 22:00 Pilates Cardio	21:00 ~ 22:00 Machi.S

■ : 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。