

pilatesK 川越店		【 03/01 ~ 03/08 】 スケジュール						2026/02/19 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	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30				
Pre Basic		Waist	Release&Strength		Hip & Leg	Stretch & Conditioning	Back & Arm				
Mao.F		Kotono.C	Kiko.M		Chizuru.S	Mao.F	Kotono.C				
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30				
Hip Punch		Advance	Waist		Hip Punch	Waist	jump to burn				
Chizuru.S		Kiko.M	Kotono.C		Chizuru.S	Kotono.C	Kiko.M				
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30				
Stretch & Conditioning		Shape up waist			Basic	Hip Punch	Pre Basic				
Mao.F		Misaki.N			Kotono.C	Chizuru.S	Mao.F				
16:30 ~ 17:30		close			close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30				
Pilates Barre						Pre Basic	Waist				
Chizuru.S						Mao.F	Kotono.C				
close						close	close	17:30 ~ 18:30	close		
								jump to burn			
								Kotono.C			
								18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
		Pilates Cardio	Back & Arm	Stretch & Conditioning	Waist						
		Chizuru.S	Mao.F	Mao.F	Kotono.C						
		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30						
		Basic	Hip & Leg	jump to burn	Release&Strength						
		Mao.F	Kiko.M	Kiko.M	Kiko.M						
		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00						
Back & Arm		Pre Basic	Back & Arm	Advance							
Mao.F		Mao.F	Mao.F	Kiko.M							

pilatesK 川越店		【 03/09 ~ 03/16 】		スケジュール			
03/09	03/10	03/11	03/12	03/13	03/14	03/15	03/16
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
	Hip & Leg	Waist		Basic	Hip Punch	Basic	
	Kiko.M	Kotono.C		Kiko.M	Chizuru.S	Kotono.C	
	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	
	Pre Basic	Hip & Leg		Waist	Release&Strength	Back & Arm	
	Mao.F	Kiko.M		Kotono.C	Kiko.M	Chizuru.S	
	13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	
	Release&Strength			Hip & Leg	Basic	Waist	
	Kiko.M			Kotono.C	Kotono.C		
	close			close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	
					Pilates Cardio	Pilates Barre	
					Chizuru.S	Chizuru.S	
					close	close	
					17:30 ~ 18:30		
	Waist						
	Kotono.C						
	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		
	Waist	Basic		Back & Arm	Pre Basic		
	Kotono.C	Mao.F		Mao.F	Mao.F		
	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
	Pilates Cardio	Hip Punch		Basic	Back & Arm		
	Chizuru.S	Chizuru.S		Mao.F	Kotono.C		
	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		
	Basic	Pilates Barre		jump to burn	Stretch & Conditioning		
	Kotono.C	Chizuru.S		Kiko.M	Mao.F		

・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週間前までにお申し立てください。
 ・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 川越店		【 03/17 ~ 03/24 】		スケジュール		2026/02/13 更新			
03/17	03/18	03/19	03/20	03/21	03/22	03/23	03/24		
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		
Back&Arm	Pre Basic		Back&Arm	Basic	jump to burn		Waist		
Mao.F	Mao.F		Mao.F	Mao.F	Kiko.M		Kotono.C		
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00		
Pilates Cardio	jump to burn		Release&Strength	Pilates Cardio	Pre Basic		Pilates Barre		
Chizuru.S	Kiko.M		Kiko.M	Chizuru.S	Mao.F		Chizuru.S		
13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30		
Pre Basic			Waist	Stretch & Conditioning	Back&Arm		jump to burn		
Mao.F			Kotono.C	Mao.F	Mao.F		Kotono.C		
close			15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close		
			Pre Basic	Hip & Leg	Basic				
			Mao.F	Kiko.M	Kiko.M				
			close	close					
			17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30					
			jump to burn	Hip Punch					
			Kotono.C	Chizuru.S					
			close	close					
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00					
Pilates Barre	Waist	Hip & Leg		Basic					
Chizuru.S	Kotono.C	Chizuru.S		Kiko.M					
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30					
Basic	Back&Arm	jump to burn		Hip Punch					
Kotono.C	Kotono.C	Kiko.M		Chizuru.S					
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00					
Waist	Pilates Cardio	Basic		Advance					
Kotono.C	Chizuru.S	Kotono.C		Kiko.M					

pilatesK 川越店		【 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	木	金	土	日	月	火
10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30
Back&Arm		Hip Punch	Pilates Cardio	Back&Arm		Pre Basic
Mao.F		Chizuru.S	Chizuru.S	Mao.F		Mao.F
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00
Hip&Leg		Stretch&Conditioning	Hip&Leg	Advance		jump to burn
Chizuru.S		Mao.F	Kiko.M	Kiko.M		Kotono.C
close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30
		Hip&Leg	Basic	Hip&Leg		Waist
		Chizuru.S	Kotono.C	Kiko.M		Kotono.C
		close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close
	Waist		Stretch & Conditioning			
	Kotono.C		Mao.F			
	close		close			
	17:30 ~ 18:30					
	Release&Strength					
	Kiko.M	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
Release&Strength	Basic		jump to burn	Pilates Cardio		
Kiko.M	Mao.F		Kotono.C	Chizuru.S		
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
Basic	Stretch&Conditioning		Back&Arm	Advance		
Kotono.C	Mao.F		Mao.F	Kiko.M		
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	close	21:00 ~ 22:00		
jump to burn	Back&Arm	Waist		Release&Strength		
Kotono.C	Kotono.C	Kotono.C		Kiko.M		

・体験可能レッスン
・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週間前迄にお願いたします。
・レッスン開始時間1時間前迄のキャンセルは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。