

pilatesK 川崎店		【 04/01 ~ 04/08 】			スケジュール		2026/03/18 更新	
04/01	04/02	04/03	04/04	04/05	04/06	04/07	04/08	
水	木	金	土	日	月	火	水	
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	Body Balance	Stretch & Conditioning	Back & Spine	Back & Arm		Back & Arm	Body Balance	
Miki.N	ayano.h	Miki.N	Kanami	Simo.M		Simo.M	Chisaki.S	
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	
Waist	Basic	Back & Arm	Hip Punch	Body Balance		Waist	Back & Arm	
AYUMI.F	ayano.h	Simo.M	Mai.T	ayano.h		AYUMI.F	Simo.M	
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	
Pilates Barre	Waist	Advance	Power up Control	Basic		Pilates Workout	Stretch & Conditioning	
Miki.N	AYUMI.F	Miki.N	Kanami	ayano.h		Mai.T	Chisaki.S	
close	close	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close	close	
			Waist	Back & Arm				
			AYUMI.F	Simo.M				
			16:30 ~ 17:30	close				
			Pre Basic					
			Mai.T					
			18:00 ~ 19:00					
			Waist					
			AYUMI.F					
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		
Back & Arm	Waist	Body Balance		Pre Basic		Hip & Leg		
Simo.M	AYUMI.F	ayano.h		Mai.T		ayano.h		
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		
Power up Control	Pre Basic	Waist		Hip & Leg		Pilates Workout		
Kanami	Mai.T	AYUMI.F		Kanami		Mai.T		
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		
Back & Spine	Hip & Leg	Basic		Body Balance		Pre Basic		
Kanami	Mai.T	ayano.h		ayano.h	Mai.T			

pilatesK 川崎店		【 04/09 ~ 04/16 】		スケジュール			
04/09	04/10	04/11	04/12	04/13	04/14	04/15	04/16
木	金	土	日	月	火	水	木
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Basic 🍌	Advance	Hip Punch	Hip & Leg 🍌		Basic 🍌	Back & Arm 🍌	Pilates Workout
ayano.h	Miki.N	Mai.T	ayano.h		ayano.h	ayano.h	Mai.T
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00
Waist 🍌	Body Balance	Back & Arm 🍌	Pilates Workout		Body Balance	Pilates Cardio	Pre Basic 🍌
AYUMI.F	ayano.h	Simo.M	Mai.T		ayano.h	kanami	Mai.T
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30
Hip & Leg 🍌	Pilates Barre	Pre Basic 🍌	Back & Arm 🍌		Back & Arm 🍌	Basic 🍌	Back & Arm 🍌
ayano.h	Miki.N	Mai.T	Simo.M		Simo.M	Mai.T	Simo.M
close	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	close
		Pilates Barre	Basic 🍌		Pilates Workout	Pilates Barre	
		Kanami	ayano.h		Kanami	Kanami	
		16:30 ~ 17:30	close		close	close	
		Back & Arm 🍌					
		Simo.M					
		18:00 ~ 19:00					
		Pilates Cardio					
		Kanami					
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close				18:00 ~ 19:00	
Pre Basic 🍌	Pilates Cardio					Advance	
Mai.T	Kanami					Miki.N	
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30					19:30 ~ 20:30	
Hip Punch	Waist 🍌					Stretch & Conditioning 🍌	
Mai.T	AYUMI.F					Miki.N	
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00					21:00 ~ 22:00	
Back & Arm 🍌	Power up Control					Waist 🍌	
Simo.M	Kanami					AYUMI.F	

🟢：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週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		【 04/17 ~ 04/24 】 スケジュール						2026/03/18 更新
04/17	04/18	04/19	04/20	04/21	04/22	04/23	04/24	
金	土	日	月	火	水	木	金	
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	
Hip Punch	Back & Arm 🌱	Pilates Cardio	Pre Basic 🌱	Back & Spine	Waist 🌱	Pre Basic 🌱	Back & Spine	
Mai.T	Simo.M	kotono.E	Mai.T	Kanami	AYUMI.F	Mai.T	Kanami	
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	
Back & Arm 🌱	Pre Basic 🌱	Back & Spine	Back & Arm 🌱	Pilates Cardio	Basic 🌱	Pilates Workout	Pilates Barre	
Simo.M	Mai.T	kanami	Simo.M	Kanami	ayano.h	Mai.T	Kanami	
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	
Pre Basic 🌱	Hip Punch	Stretch & Conditioning 🌱	Hip & Leg 🌱	Basic 🌱	Body Balance	Hip & Leg 🌱	Basic 🌱	
Mai.T	Mai.T	kotono.E	Mai.T	ayano.h	ayano.h	ayano.h	Mai.T	
close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	close	close	close	close	close	
	Stretch & Conditioning 🌱	Hip & Leg 🌱						
	Miki.N	ayano.h						
	16:30 ~ 17:30							
	Hip & Leg 🌱							
	Mai.T							
	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		
Hip & Leg 🌱		Stretch & Conditioning 🌱	Back & Arm 🌱	Back & Spine	Pilates Barre	Back & Arm 🌱		
Kanami		Chisaki.S	Simo.M	Kanami	Miki.N	Simo.M		
19:30 ~ 20:30	close		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
Body Balance		Waist 🌱	Pilates Barre	Power up Control	Advance	Waist 🌱		
ayano.h		AYUMI.F	Miki.N	Kanami	Miki.N	AYUMI.F		
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 🌱		Body Balance	Advance	Hip Punch	Body Balance	Back & Arm 🌱		
ayano.h		Chisaki.S	Miki.N	Mai.T	ayano.h	Simo.M		

pilatesK 川崎店		【 04/25 ~ 04/30 】				スケジュール	
04/25	04/26	04/27	04/28	04/29	04/30		
土	日	月	火	水	木		
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		
Power up Control	Basic 🌱	Pilates Barre	Pilates Cardio	Hip & Leg 🌱	Back & Arm 🌱		
Kanami	ayano.h	Kanami	Kanami	Chisaki.S	Simo.M		
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		
Hip & Leg 🌱	Back & Arm 🌱	Power up Control	Waist 🌱	Stretch & Conditioning 🌱	Waist 🌱		
ayano.h	Simo.M	Kanami	AYUMI.F	Chisaki.S	AYUMI.F		
13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		
Pilates Cardio	Body Balance	Basic 🌱	Pilates Barre	Waist 🌱	Back & Spine		
Kanami	ayano.h	ayano.h	Kanami	AYUMI.F	honoka		
15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	close	close	15:00 ~ 16:00	close		
Waist 🌱	Back & Arm 🌱			Body Balance			
AYUMI.F	Simo.M			Chisaki.S			
16:30 ~ 17:30	close			16:30 ~ 17:30			
Body Balance				Pilates Workout			
ayano.h				Mai.T			
18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00			
Waist 🌱				Pre Basic 🌱			
AYUMI.F				Mai.T			
close	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	18:00 ~ 19:00		
		Hip & Leg 🌱	Pilates Workout		Body Balance		
		Chisaki.S	Mai.T		ayano.h		
		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		
		Back & Arm 🌱	Pre Basic 🌱		Power up Control		
		Simo.M	Mai.T		Kanami		
		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		
		Stretch & Conditioning 🌱	Back & Arm 🌱		Hip Punch		
Chisaki.S	Simo.M	Mai.T					

🌱 : 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時間前を切つ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。