

pilatesK 川崎店

【 04/01 ~ 04/08 】 スケジュール

2026/03/13 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 ~ 13:00		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
			15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30			
			Waist	Back & Arm			
			AYUMI.F	Simo.M			
			16:30 ~ 17:30				
			Pre Basic				
			Mai.T				
			18:00 ~ 19:00				
			Waist				
			AYUMI.F				
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00				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				ayano.h	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		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Basic	Advance	Hip Punch	Hip & Leg		Basic	Back & Arm	Power up Control
ayano.h	Miki.N	Mai.T	ayano.h		ayano.h	ayano.h	Kanami
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:00		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		Waist	Basic	Back & Arm
ayano.h	Miki.N	Mai.T	Simo.M		AYUMI.F	Mai.T	Simo.M
		15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	
		Pilates Barre	Basic		Pilates Workout	Pilates Barre	
		Kanami	ayano.h		Kanami	Kanami	
		16:30 ~ 17:30					
		Back & Arm					
		Simo.M					
		18:00 ~ 19:00			17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	
		Pilates Cardio			Back & Spine	Hip Punch	
		Kanami			Kanami	Mai.T	
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00						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

2026/03/13 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 Mai.T	Back&Arm Simo.M	Pilates Cardio kotono.E	Pre Basic Mai.T	Back&Spine Kanami	Waist AYUMI.F	Pre Basic Mai.T	Back&Spine 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 Simo.M	Pre Basic Mai.T	Back&Spine kanami	Back&Arm Simo.M	Pilates Cardio Kanami	Basic ayano.h	Pilates Workout Mai.T	Pilates Barre 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 Mai.T	Hip Punch Mai.T	Stretch & Conditioning kotono.E	Hip & Leg Mai.T	Basic ayano.h	Body Balance ayano.h	Hip & Leg ayano.h	Basic Mai.T
close	15:00 ~ 16:00 Stretch & Conditioning Miki.N	16:30 ~ 17:30 Hip & Leg ayano.h	close	close	close	close	close
	16:30 ~ 17:30 Hip & Leg Mai.T						
	18:00 ~ 19:00 Advance Miki.N						
	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg ayano.h						
19:30 ~ 20:30 Body Balance ayano.h	close	close	18:00 ~ 19:00 Stretch & Conditioning Chisaki.S	18:00 ~ 19:00 Back & Arm Simo.M	18:00 ~ 19:00 Back & Spine Kanami	18:00 ~ 19:00 Pilates Barre Miki.N	18:00 ~ 19:00 Back & Arm Simo.M
21:00 ~ 22:00 Basic Kanami			19:30 ~ 20:30 Waist AYUMI.F	19:30 ~ 20:30 Pilates Barre Miki.N	19:30 ~ 20:30 Power up Control Kanami	19:30 ~ 20:30 Advance Miki.N	19:30 ~ 20:30 Waist AYUMI.F
			21:00 ~ 22:00 Body Balance Chisaki.S	21:00 ~ 22:00 Advance Miki.N	21:00 ~ 22:00 Hip Punch Mai.T	21:00 ~ 22:00 Body Balance ayano.h	21:00 ~ 22:00 Back & Arm 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
Pilates Cardio Kanami	Basic ayano.h	Pilates Barre Kanami	Pilates Cardio Kanami	Hip & Leg Chisaki.S	Back & Arm Simo.M
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00
Hip & Leg ayano.h	Back&Arm Simo.M	Power up Control Kanami	Waist AYUMI.F	Stretch & Conditioning Chisaki.S	Waist 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
Basic Kanami	Body Balance ayano.h	Basic ayano.h	Pilates Barre Kanami	Waist AYUMI.F	Back & Spine honoka
15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	close	close	15:00 ~ 16:00 Body Balance Chisaki.S	close
Waist AYUMI.F	Back&Arm Simo.M			16:30 ~ 17:30 Pilates Workout Mai.T	
16:30 ~ 17:30 Body Balance ayano.h				18:00 ~ 19:00 Pre Basic Mai.T	
18:00 ~ 19:00 Waist AYUMI.F					
close	close	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Chisaki.S	18:00 ~ 19:00 Pilates Workout Mai.T	close	18:00 ~ 19:00 Body Balance ayano.h
		19:30 ~ 20:30 Back & Arm Simo.M	19:30 ~ 20:30 Pre Basic Mai.T		19:30 ~ 20:30 Power up Control Kanami
		21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning Chisaki.S	21:00 ~ 22:00 Back & Arm Simo.M		21:00 ~ 22:00 Hip Punch 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。