

【 04/01 ~ 04/08 】 スケジュール

2020/04/18 更新

pilatesK 川越店		【 04/01 ~ 04/08 】 スケジュール							
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 Pilates Barre Chizuru.S	close	10:30 ~ 11:30 Release&Strength Kiko.M	10:30 ~ 11:30 Basic Kiko.M	10:30 ~ 11:30 Hip&Leg Kiko.M	close	10:30 ~ 11:30 Back&Arm Mao.F	10:30 ~ 11:30 Waist asami.T		
12:30 ~ 13:30 Waist asami.T		12:00 ~ 13:00 Back&Arm Mao.F	12:00 ~ 13:00 Pilates Cardio Chizuru.S	12:30 ~ 13:30 Pre Basic Mao.F		12:00 ~ 13:00 Release&Strength asami.T	12:30 ~ 13:30 Basic Mao.F		
close		13:30 ~ 14:30 Basic Kiko.M	13:30 ~ 14:30 Back&Arm Mao.F	14:30 ~ 15:30 Release&Strength Kiko.M		close	13:30 ~ 14:30 Pre Basic Mao.F	close	
		close	15:00 ~ 16:00 Body Balance Mao.F	16:30 ~ 17:30 Back&Arm Mao.F					
			close	close					
close		close	17:30 ~ 18:30 Pilates Barre Chizuru.S	close		close	close	close	
			close						close
18:00 ~ 19:00 Basic Kiko.M		18:00 ~ 19:00 Release&Strength asami.T	18:00 ~ 19:00 Pre Basic Mao.F	close		close	close	18:00 ~ 19:00 Waist asami.T	18:00 ~ 19:00 Release&Strength Kiko.M
19:30 ~ 20:30 Stretch&Conditioning Mao.F		19:30 ~ 20:30 Basic Kiko.M	19:30 ~ 20:30 Waist asami.T					19:30 ~ 20:30 Hip Punch Chizuru.S	19:30 ~ 20:30 Pilates Cardio Chizuru.S
21:00 ~ 22:00 Back&Arm Mao.F		21:00 ~ 22:00 Waist asami.T	21:00 ~ 22:00 Body Balance asami.T					21:00 ~ 22:00 Pilates Barre Chizuru.S	21:00 ~ 22:00 Hip&Leg Chizuru.S

【 04/09 ~ 04/16 】 スケジュール

pilatesK 川越店		【 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			
close	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre Chizuru.S	10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio Chizuru.S	10:30 ~ 11:30 Pre Basic Mao.F	close	10:30 ~ 11:30 Basic Kiko.M	10:30 ~ 11:30 Body Balance asami.T	close			
	12:00 ~ 13:00 Waist asami.T	12:00 ~ 13:00 Release&Strength asami.T	12:30 ~ 13:30 Waist asami.T		12:00 ~ 13:00 Stretch&Conditioning Mao.F	12:00 ~ 13:00 Back&Arm Mao.F				
	13:30 ~ 14:30 Pilates Cardio Chizuru.S	13:30 ~ 14:30 Basic Kiko.M	14:30 ~ 15:30 Body Balance Mao.F		13:30 ~ 14:30 Hip&Leg asami.T	13:30 ~ 14:30 Advance Kiko.M				
	close	15:00 ~ 16:00 Hip Punch Chizuru.S	16:30 ~ 17:30 Hip&Leg asami.T		close	15:00 ~ 16:00 Waist asami.T		15:00 ~ 16:00 Pre Basic Mao.F		
		close	close			close		close		
	close	17:30 ~ 18:30 Waist asami.T	close		close	17:30 ~ 18:30 Body Balance Mao.F		17:30 ~ 18:30 Release&Strength asami.T		
		close				close		close	close	
	18:00 ~ 19:00 Advance Kiko.M	18:00 ~ 19:00 Back&Arm Mao.F	close		close	close		close	close	18:00 ~ 19:00 Waist asami.T
	19:30 ~ 20:30 Back&Arm Mao.F	19:30 ~ 20:30 Release&Strength Kiko.M								19:30 ~ 20:30 Hip&Leg asami.T
	21:00 ~ 22:00 Stretch&Conditioning Mao.F	21:00 ~ 22:00 Pre Basic Mao.F								21:00 ~ 22:00 Basic Kiko.M

・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週間前までお問い合わせしております。  
 ・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 川越店 【 04/17 ~ 04/24 】 スケジュール 2026/04/18 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 Hip Punch Chizuru.S	10:30 ~ 11:30 Pre Basic Mao.F	10:30 ~ 11:30 Back&Arm Chizuru.S	close	10:30 ~ 11:30 Hip&Leg asami.T	10:30 ~ 11:30 Release&Strength Kiko.M	close	10:30 ~ 11:30 Advance Kiko.M				
12:00 ~ 13:00 Back&Arm asami.T	12:00 ~ 13:00 Hip&Leg Chizuru.S	12:30 ~ 13:00 Hip Punch Chizuru.S		12:00 ~ 13:00 Basic Kiko.M	12:30 ~ 13:30 jump to burn Kotono.C		12:00 ~ 13:00 Basic Kotono.C	12:00 ~ 13:00 Basic Kotono.C			
13:30 ~ 14:30 Pilates Barre Chizuru.S	13:30 ~ 14:30 jump to burn Kotono.C	14:30 ~ 15:30 Hip&Leg asami.T		13:30 ~ 14:30 Body Balance asami.T	close		close	13:30 ~ 14:30 Back&Arm Chizuru.S			
close	15:00 ~ 16:00 Waist Kotono.C	16:30 ~ 17:30 Body Balance asami.T		close				close	close	close	
	close	close									
	17:30 ~ 18:30 Pilates Cardio Chizuru.S										
18:00 ~ 19:00 jump to burn Kotono.C	close	close		close				18:00 ~ 19:00 Back&Arm Kotono.C	18:00 ~ 19:00 Waist Kotono.C	18:00 ~ 19:00 Stretch&Conditioning Mao.F	18:00 ~ 19:00 Basic Mao.F
19:30 ~ 20:30 Basic Kiko.M								19:30 ~ 20:30 jump to burn Kotono.C	19:30 ~ 20:30 Pre Basic Mao.F	19:30 ~ 20:30 Hip Punch Chizuru.S	19:30 ~ 20:30 Hip&Leg asami.T
21:00 ~ 22:00 Waist Kotono.C								21:00 ~ 22:00 Advance Kiko.M	21:00 ~ 22:00 Hip&Leg asami.T	21:00 ~ 22:00 Back&Arm Mao.F	21:00 ~ 22:00 Release&Strength asami.T

pilatesK 川越店 【 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 jump to burn Kotono.C	10:30 ~ 11:30 Basic Kiko.M	close	10:30 ~ 11:30 Waist Kotono.C	10:30 ~ 11:30 Basic Kiko.M	close	
12:00 ~ 13:00 Waist asami.T	12:30 ~ 13:00 Body Balance Mao.F		12:00 ~ 13:00 jump to burn Kotono.C	12:30 ~ 13:00 Pilates Cardio Chizuru.S		
13:30 ~ 14:30 Basic Kiko.M	14:30 ~ 15:30 Pre Basic Mao.F		13:30 ~ 14:30 Basic Mao.F	13:30 ~ 14:30 Body Balance Mao.F		
15:00 ~ 16:00 Stretch&Conditioning Mao.F	16:30 ~ 17:30 Waist Kotono.C		15:00 ~ 16:00 Hip&Leg Chizuru.S	close		
close	close		17:30 ~ 18:30 Pre Basic Mao.F			
17:30 ~ 18:30 Hip&Leg asami.T			18:00 ~ 19:00 Pre Basic Mao.F			18:00 ~ 19:00 jump to burn Kotono.C
close			19:30 ~ 20:30 Hip Punch Ai.I			19:30 ~ 20:30 Body Balance asami.T
			21:00 ~ 22:00 Back&Arm Ai.I			21:00 ~ 22:00 Advance Kiko.M

・休職可能レッスン  
 ・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。  
 ・レッスンの開始時刻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。