

pilatesK 所沢店

【 04/01 ~ 04/08 】 スケジュール

2026/04/14 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	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Back & Spine Mei.D	Waist Karin.N	Stretch & Conditioning MIO.M	jump to burn MIO.M	Waist Karin.N		Release&Strength YUKINA	Waist Karin.N
12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30
Power up Control YUKINA	Pilates Barre Mei.D	Hip & Leg MIO.M	Back & Spine Mei.D	Body Balance Mei.D		Pre Basic Mei.D	Pilates Barre Mei.D
close	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close
	Pilates Workout Mei.D	Shape up waist YUKINA	Basic MIO.M	Waist Yuino.K		Animal Stretch YUKINA	
	close	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close	
			Waist Yuino.K	Pilates Cardio Mei.D			
17:30 ~ 18:30	close	Waist Karin.N	close				
18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	
jump to burn MIO.M	Body Balance MIO.M	Waist Yuino.K	close	close	18:00 ~ 19:00	Hip & Leg MIO.M	Basic Yuino.K
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
Basic MIO.M	Waist Yuino.K	Animal Stretch YUKINA			Waist Yuino.K	Shape up waist YUKINA	
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
Waist Karin.N	Basic MIO.M	Back & Spine YUKINA	close	close	21:00 ~ 22:00	jump to burn MIO.M	Stretch & Conditioning MIO.M

pilatesK 所沢店

【 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 Karin.N	Hip & Leg MIO.M	Shape up waist YUKINA	Basic MIO.M		Back & Arm Mei.D	Body Balance MIO.M	Waist Yuino.K
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
Pilates Cardio Mei.D	Waist Karin.N	Hip & Leg MIO.M	Power up Control YUKINA		Waist Karin.N	Basic Yuino.K	Shape up waist YUKINA
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
Waist Karin.N	Body Balance MIO.M	Waist Karin.N	Body Balance MIO.M		jump to burn MIO.M	Stretch & Conditioning MIO.M	Power up Control YUKINA
close	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	close
		Basic Karin.N	Back & Arm YUKINA		Pilates Barre Mei.D	Hip & Leg Mei.D	
		17:30 ~ 18:30	close		17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	
		Power up Control YUKINA			Basic Yuino.K	Back & Spine Mei.D	
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	close	close	close	18:00 ~ 19:00	Pilates Cardio Mei.D
Release&Strength YUKINA	Pilates Workout Mei.D					19:30 ~ 20:30	Waist Karin.N
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30					Pilates Barre YUKINA	Basic Yuino.K
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00					Waist Yuino.K	Back & Arm Mei.D
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	close	close	close	close	21:00 ~ 22:00	Pre Basic Mei.D

👉：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。



pilatesK 所沢店 【 04/17 ~ 04/24 】 スケジュール


2026/04/14 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 Pre Basic Mei.D	10:30 ~ 11:30 Power up Control YUKINA	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre Mei.D	close	10:30 ~ 11:30 Back & Spine Mei.D	10:30 ~ 11:30 Waist Karin.N	10:30 ~ 11:30 jump to burn MIO.M	10:30 ~ 11:30 Back & Arm YUKINA							
12:00 ~ 13:00 Back & Arm Mei.D	12:00 ~ 13:00 Waist Karin.N	12:30 ~ 13:30 Basic Karin.N		12:00 ~ 13:00 Basic Karin.N	12:30 ~ 13:30 Body Balance MIO.M	12:00 ~ 13:00 Waist Yuino.K	12:00 ~ 13:00 Animal Stretch YUKINA							
13:30 ~ 14:30 Basic Yuino.K	13:30 ~ 14:30 Basic Karin.N	14:30 ~ 15:30 Pilates Workout Mei.D		13:30 ~ 14:30 Waist Karin.N	close	close	13:30 ~ 14:30 Body Balance MIO.M	13:30 ~ 14:30 Pre Basic Mei.D						
close	15:00 ~ 16:00 Animal Stretch YUKINA	16:30 ~ 17:30 Waist Karin.N		close			close	close	close	close				
	17:30 ~ 18:30 Basic Yuino.K	close									close	close	close	close
	18:00 ~ 19:00 Waist Karin.N													
19:30 ~ 20:30 Back & Spine YUKINA	close			close			close	close	close					
21:00 ~ 22:00 Animal Stretch YUKINA		close								close	close	close	close	
18:00 ~ 19:00 Basic Yuino.K														18:00 ~ 19:00 Basic Yuino.K
19:30 ~ 20:30 Hip & Leg MIO.M	19:30 ~ 20:30 Pilates Workout Mei.D			19:30 ~ 20:30 Basic Karin.N			19:30 ~ 20:30 Waist Karin.N							
21:00 ~ 22:00 Body Balance MIO.M	21:00 ~ 22:00 Shape up waist YUKINA	21:00 ~ 22:00 Release&Strength YUKINA		21:00 ~ 22:00 jump to burn MIO.M										

pilatesK 所沢店 【 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 Pilates Cardio Mei.D	10:30 ~ 11:30 Shape up waist YUKINA	close	10:30 ~ 11:30 Basic Yuino.K	10:30 ~ 11:30 Pre Basic Mei.D	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Mei.D			
12:00 ~ 13:00 Basic Yuino.K	12:30 ~ 13:30 jump to burn MIO.M		12:00 ~ 13:00 Back & Arm Mei.D	12:00 ~ 13:00 Waist Karin.N	12:00 ~ 13:00 Pilates Cardio Mei.D			
13:30 ~ 14:30 Pilates Barre YUKINA	14:30 ~ 15:30 Hip & Leg YUKINA		13:30 ~ 14:30 Pilates Barre Mei.D	13:30 ~ 14:30 Release&Strength YUKINA	13:30 ~ 14:30 Basic Karin.N			
15:00 ~ 16:00 Back & Spine YUKINA	16:30 ~ 17:30 Basic MIO.M		close	close	15:00 ~ 16:00 Basic Yuino.K	close		
close	close				close		close	close
close	close		close	18:00 ~ 19:00 jump to burn MIO.M	close	18:00 ~ 19:00 Pilates Barre YUKINA		
				19:30 ~ 20:30 Basic Karin.N		19:30 ~ 20:30 jump to burn MIO.M		
				21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		

			Hip & Leg 		Waist 
			MIO.M		Yuino.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。