

06/01 月	06/02 火	06/03 水	06/04 木	06/05 金	06/06 土	06/07 日	06/08 月	
close	10:30 ~ 11:30 jump to burn Kotono.C	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg asami.T	close	10:30 ~ 11:30 Basic Kiko.M	10:30 ~ 11:30 Hip Punch Chizuru.S	10:30 ~ 11:30 Basic Kiko.M	close	
	12:00 ~ 13:00 Advance Kiko.M	12:30 ~ 13:30 Basic Kira.t		12:00 ~ 13:00 Pilates Cardio Chizuru.S	12:00 ~ 13:00 Back & Arm Kotono.C	12:30 ~ 13:30 Waist Kotono.C		
	13:30 ~ 14:30 Waist Kotono.C	close		13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Chizuru.S	13:30 ~ 14:30 Pilates Cardio Chizuru.S	14:30 ~ 15:30 Back & Arm Kotono.C		
	18:00 ~ 19:00 Stretch & Conditioning Mao.F			18:00 ~ 19:00 Pre Basic Mao.F	18:00 ~ 19:00 Release&Strength asami.T	18:00 ~ 19:00 Basic Kira.t		close
	19:30 ~ 20:30 Back & Arm Mao.F			19:30 ~ 20:30 Advance Kiko.M	19:30 ~ 20:30 Basic Kira.t	19:30 ~ 20:30 Body Balance Mao.F		
	21:00 ~ 22:00 Basic Kiko.M			21:00 ~ 22:00 Body Balance Mao.F	21:00 ~ 22:00 Waist asami.T	21:00 ~ 22:00 Back & Arm Mao.F		
	17:30 ~ 18:30 Waist Kotono.C			15:00 ~ 16:00 Basic Kira.t	16:30 ~ 17:30 Hip & Leg asami.T			

06/09 火	06/10 水	06/11 木	06/12 金	06/13 土	06/14 日	06/15 月	06/16 火	
10:30 ~ 11:30 Waist asami.T	10:30 ~ 11:30 Basic Kira.t	close	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Kotono.C	10:30 ~ 11:30 Pre Basic Mao.F	10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio Chizuru.S	close	10:30 ~ 11:30 Pre Basic Mao.F	
12:00 ~ 13:00 Hip & Leg asami.T	12:30 ~ 13:30 Hip Punch Chizuru.S		12:00 ~ 13:00 Basic Kira.t	12:00 ~ 13:00 jump to burn Kotono.C	12:30 ~ 13:30 Basic Kiko.M		12:00 ~ 13:00 Body Balance Mao.F	
13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning Kiko.M	close		13:30 ~ 14:30 Waist Kotono.C	13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning Mao.F	14:30 ~ 15:30 Pilates Barre Chizuru.S		13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Kiko.M	
18:00 ~ 19:00 Basic Kira.t			18:00 ~ 19:00 Pilates Barre Chizuru.S	18:00 ~ 19:00 Waist Kotono.C	18:00 ~ 19:00 Body Balance asami.T		close	18:00 ~ 19:00 jump to burn Kotono.C
19:30 ~ 20:30 Pilates Cardio Chizuru.S			19:30 ~ 20:30 Pre Basic Mao.F	19:30 ~ 20:30 Release&Strength asami.T	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg asami.T			19:30 ~ 20:30 Back & Arm Kotono.C
21:00 ~ 22:00 Back & Arm Chizuru.S			21:00 ~ 22:00 jump to burn Kotono.C	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg asami.T	21:00 ~ 22:00 Basic Kiko.M			21:00 ~ 22:00 Basic Kiko.M
17:30 ~ 18:30 Back & Arm Mao.F			15:00 ~ 16:00 Waist Kotono.C	16:30 ~ 17:30 Body Balance Mao.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。

pilatesK 川越店

【 06/17 ~ 06/24 】 スケジュール

2026/05/22 更新

06/17	06/18	06/19	06/20	06/21	06/22	06/23	06/24
水	木	金	土	日	月	火	水
10:30 ~ 11:30 Back & Arm Mao.F		10:30 ~ 11:30 Hip & Leg asami.T	10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning Mao.F	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg asami.T		10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio Chizuru.S	10:30 ~ 11:30 Basic Kiko.M
12:30 ~ 13:30 Basic Mao.F		12:00 ~ 13:00 Back & Arm asami.T	12:00 ~ 13:00 Basic Kira.t	12:30 ~ 13:30 jump to burn Kotono.C		12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning Mao.F	12:30 ~ 13:30 Waist Kotono.C
close	close	13:30 ~ 14:30 Basic Kira.t	13:30 ~ 14:30 Hip Punch Chizuru.S	14:30 ~ 15:30 Release&Strength asami.T		13:30 ~ 14:30 Pre Basic Mao.F	close
close		close	15:00 ~ 16:00 Back & Arm Mao.F	16:30 ~ 17:30 Basic Kira.t	close	close	
close		close	17:30 ~ 18:30 Pilates Cardio Chizuru.S	close	close	close	
18:00 ~ 19:00 Hip & Leg asami.T		18:00 ~ 19:00 Basic Kiko.M	18:00 ~ 19:00 Pre Basic Mao.F	close	close	18:00 ~ 19:00 Back & Arm Kotono.C	
19:30 ~ 20:30 Basic Kiko.M	19:30 ~ 20:30 Body Balance Mao.F	19:30 ~ 20:30 jump to burn Kotono.C	close	close	19:30 ~ 20:30 Waist Kotono.C	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg asami.T	
21:00 ~ 22:00 Release&Strength asami.T	21:00 ~ 22:00 Back & Arm Mao.F	21:00 ~ 22:00 Waist Kotono.C			21:00 ~ 22:00 Hip Punch Chizuru.S	21:00 ~ 22:00 Body Balance asami.T	

pilatesK 川越店

【 06/25 ~ 06/30 】 スケジュール

06/25	06/26	06/27	06/28	06/29	06/30
木	金	土	日	月	火
	10:30 ~ 11:30 Release&Strength asami.T	10:30 ~ 11:30 Basic Kira.t	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre Chizuru.S		10:30 ~ 11:30 Waist Kotono.C
	12:00 ~ 13:00 Basic Kira.t	12:00 ~ 13:00 Pilates Cardio Chizuru.S	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg Chizuru.S		12:00 ~ 13:00 Body Balance Mao.F
	13:30 ~ 14:30 jump to burn Kotono.C	13:30 ~ 14:30 Back & Arm Mao.F	14:30 ~ 15:30 Stretch & Conditioning Kiko.M		13:30 ~ 14:30 Basic Kira.t
close	close	15:00 ~ 16:00 Body Balance Mao.F	16:30 ~ 17:30 Hip Punch Chizuru.S	close	close
		17:30 ~ 18:30 Pilates Barre Chizuru.S			
18:00 ~ 19:00 Release&Strength asami.T	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Kiko.M	close	close		18:00 ~ 19:00 Pilates Barre Chizuru.S
19:30 ~ 20:30 Back & Arm asami.T	19:30 ~ 20:30 Basic Mao.F	close	close		19:30 ~ 20:30 Hip Punch Chizuru.S
21:00 ~ 22:00 Basic Kira.t	21:00 ~ 22:00 Body Balance Mao.F				21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning Kiko.M

👉：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。