

pilatesK 川崎店

【 07/01 ~ 07/08 】 スケジュール

2026/06/20 更新

07/01	07/02	07/03	07/04	07/05	07/06	07/07	07/08
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
Beauty Conditioning	Reset Flow	Back & Arm	Basic	Shape up waist		Basic	Hip Punch
Shimo.M	ayano.h	Komachi.K	MIZUKI.K	kanami		MIZUKI.K	mai.T
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
Basic	Back & Arm	Body Balance	Hip & Leg	Pre Basic		Shape up waist	Power up Control
MIZUKI.K	Komachi.K	ayano.h	Komachi.K	mai.T		kanami	kanami
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
Waist	Hip & Leg	Pilates Barre	Reset Flow	Pilates Workout		Pilates Barre	Basic
Shimo.M	Komachi.K	kanami	ayano.h	kanami		kanami	MIZUKI.K
close	close	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close	close
			Back & Arm	Beauty Conditioning			
			Komachi.K	Shimo.M			
			16:30 ~ 17:30				
Basic							
MIZUKI.K							
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
Back & Arm	Shape up waist	Power up Control				Reset Flow	Hip & Leg
Komachi.K	kanami	kanami				ayano.h	Komachi.K
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
Pilates Workout	Hip Punch	Pre Basic				Back & Arm	Body Balance
mai.T	mai.T	mai.T				Komachi.K	ayano.h
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
Hip & Leg	Basic	Hip Punch				Hip & Leg	Beauty Conditioning
Komachi.K	MIZUKI.K	mai.T				Komachi.K	Shimo.M

pilatesK 川崎店

【 07/09 ~ 07/16 】 スケジュール

07/09	07/10	07/11	07/12	07/13	07/14	07/15	07/16
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	10:30 ~ 11:30
Body Balance	Waist	Beauty Conditioning	Hip & Leg	Waist	Hip & Leg	Reset Flow	Pilates Cardio
ayano.h	Shimo.M	Shimo.M	Komachi.K	Shimo.M	Komachi.K	ayano.h	ayano.h
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	12:00 ~ 13:00
Waist	Hip & Leg	Pilates Workout	Reset Flow	Basic	Back & Arm	Hip & Leg	Pre Basic
ayano.h	Komachi.K	mai.T	ayano.h	MIZUKI.K	Komachi.K	Komachi.K	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	13:30 ~ 14:30
Pilates Cardio	Beauty Conditioning	Hip & Leg	Body Balance	Back & Arm	Waist	Body Balance	Hip Punch
kanami	Shimo.M	ayano.h	ayano.h	Shimo.M	Shimo.M	ayano.h	mai.T
close	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	close	close	close	close
		Waist	Basic				
		Shimo.M	MIZUKI.K				
		16:30 ~ 17:30					
Back & Arm							
Komachi.K							
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00					18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
Basic	Hip Punch					Waist	Back & Arm
MIZUKI.K	mai.T					Shimo.M	Komachi.K
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30					19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
Pilates Barre	Pilates Workout					Basic	Beauty Conditioning
kanami	mai.T					MIZUKI.K	Shimo.M
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00					21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
Hip Punch	Basic					Back & Arm	Hip & Leg
mai.T	MIZUKI.K					Shimo.M	Komachi.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

【 07/17 ~ 07/24 】 スケジュール

2026/06/20 更新

07/17	07/18	07/19	07/20	07/21	07/22	07/23	07/24
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
Basic	Back & Arm	Hip Punch	Waist	Back & Arm	Body Balance	Reset Flow	Back & Arm
ayano.h	Komachi.K	mai.T	ayano.h	Komachi.K	ayano.h	ayano.h	Komachi.K
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
Shape up waist	Waist	Beauty Conditioning	Hip Punch	Basic	Shape up waist	Back & Arm	Hip & Leg
kanami	Shimo.M	Shimo.M	mai.T	MIZUKI.K	Kanami	Shimo.M	Komachi.K
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
Power up Control	Shape up waist	Basic	Beauty Conditioning	Hip & Leg	Pilates Cardio	Waist	Pilates Workout
kanami	Kanami	Kanami	Shimo.M	Komachi.K	Kanami	ayano.h	Kanami
close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	15:00 ~ 16:00	close	close	close	close
	Pilates Cardio	Waist	Reset Flow				
	ayano.h	Shimo.M	ayano.h				
	16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30	Pre Basic				
Hip & Leg	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
Komachi.K		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
Body Balance		Waist	Body Balance	Basic	Body Balance		
ayano.h	Shimo.M	ayano.h	kanami	mai.T	Chisaki.S	ayano.h	
18:00 ~ 19:00	close	close	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
Basic				Power up Control	Hip Punch	Basic	Body Balance
MIZUKI.K				kanami	mai.T	Chisaki.S	ayano.h
19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
Waist	close	close	close	Hip Punch	Back & Arm	Hip & Leg	Basic
mai.T				mai.T	Komachi.K	Komachi.K	MIZUKI.K
21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
Pilates Workout	close	close	close	Shape up waist	Basic	Back & Arm	Reset Flow
mai.T				kanami	MIZUKI.K	Chisaki.S	ayano.h

pilatesK 川崎店

【 07/25 ~ 07/31 】 スケジュール

07/25	07/26	07/27	07/28	07/29	07/30	07/31					
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					
Shape up waist	Pre Basic	Hip Punch	Basic	Pilates Barre	Pilates Workout	Hip & Leg					
Kanami	mai.T	mai.T	MIZUKI.K	Kanami	mai.T	Komachi.K					
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					
Basic	Body Balance	Pilates Cardio	Hip & Leg	Basic	Beauty Conditioning	Back & Arm					
MIZUKI.K	ayano.h	ayano.h	Komachi.K	MIZUKI.K	Shimo.M	Komachi.K					
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					
Pilates Barre	Hip Punch	Reset Flow	Back & Arm	Power up Control	Pre Basic	Waist					
Kanami	mai.T	ayano.h	Komachi.K	Kanami	mai.T	Shimo.M					
15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	close	close	close	close	close					
Pilates Workout	Waist										
mai.T	ayano.h										
16:30 ~ 17:30	close						close	close	close	close	
Basic											
MIZUKI.K											
18:00 ~ 19:00	close	close	close	close	close	close					
Hip Punch							18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
mai.T							Back & Arm	Hip Punch	Waist	Reset Flow	Beauty Conditioning
close							Shimo.M	mai.T	Shimo.M	ayano.h	Shimo.M
	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30					
	Pilates Barre	Pilates Cardio	Hip & Leg	Body Balance	Shape up waist						
Kanami	ayano.h	Komachi.K	ayano.h	Kanami	Kanami						
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00					
Power up Control	Body Balance	Beauty Conditioning	Basic	Basic	Hip Punch						
Kanami	ayano.h	Shimo.M	MIZUKI.K	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。