

pilatesK かわぐちサティ店		【 08/01 ~ 08/08 】 スケジュール						2026/07/21 更新	
08/01	08/02	08/03	08/04	08/05	08/06	08/07	08/08		
土	日	月	火	水	木	金	土		
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		
Pre Basic 🌱	Back & Spine		Basic 🌱	Hip & Leg 🌱		jump to burn	Beauty Conditioning 🌱		
Yuina.D	Yuina.D		Chihiro.K	kano.k		Noa.m	Chihiro.K		
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		
Hip Punch	jump to burn		Back & Spine	Pilates Barre		Back & Arm 🌱	Pilates Barre		
kano.k	Noa.m		Yuina.D	Yuina.D		kano.k	Yuina.D		
13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		
Pilates Barre	Back & Arm 🌱		Beauty Conditioning 🌱			Body Balance	Waist 🌱		
Yuina.D	Yuina.D		Chihiro.K			Noa.m	Chihiro.K		
15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close			close	close	15:00 ~ 16:00	
Waist 🌱	Advance							Pre Basic 🌱	
Chihiro.K	Noa.m							Yuina.D	
close	close							close	close
17:30 ~ 18:30								17:30 ~ 18:30	
Hip & Leg 🌱								Basic 🌱	
kano.k								Chihiro.K	
close		close		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
				jump to burn	Advance			Hip & Leg 🌱	Basic 🌱
				Noa.m	Noa.m			kano.k	Chihiro.K
			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
			Pre Basic 🌱	Body Balance	Advance	Hip Punch			
			Yuina.D	Noa.m	Noa.m	kano.k			
	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				
Hip Punch	Basic 🌱	Back & Arm 🌱	Beauty Conditioning 🌱						
Noa.m	Chihiro.K	kano.k	Chihiro.K						

pilatesK かわぐちサティ店		【 08/09 ~ 08/16 】		スケジュール				
08/09	08/10	08/11	08/12	08/13	08/14	08/15	08/16	
日	月	火	水	木	金	土	日	
10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
Pre Basic 🌱		Pilates Barre	Waist 🌱		Pre Basic 🌱	Body Balance	Hip & Leg 🌱	
Yuina.D		Yuina.D	Chihiro.K		Yuina.D	Noa.m	kano.k	
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	
Hip Punch		Hip & Leg 🌱	Basic 🌱		Beauty Conditioning 🌱	Back & Arm 🌱	Advance	
kano.k		kano.k	kano.k		Chihiro.K	kano.k	Noa.m	
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	
Beauty Conditioning 🌱		Pre Basic 🌱			Back & Spine	jump to burn	Waist 🌱	
Chihiro.K		Yuina.D			Yuina.D	Noa.m	kano.k	
16:30 ~ 17:30		15:00 ~ 16:00			close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	
Back & Arm 🌱		Hip Punch				Hip Punch	Body Balance	
kano.k		kano.k				kano.k	Noa.m	
close		close				close	17:30 ~ 18:00	
		疑問解消無料ヒップライズ						
		Noa.m						
		17:30 ~ 18:30				17:30 ~ 18:30		
		Waist 🌱				Advance		
		kano.k				Noa.m		
		close				close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
			Beauty Conditioning 🌱	Back & Arm 🌱	Body Balance			
			Chihiro.K	kano.k	Noa.m			
			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
			Hip Punch	Basic 🌱	jump to burn			
			kano.k	Chihiro.K	Noa.m			
			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
			Basic 🌱	Hip & Leg 🌱	Basic 🌱			
			Chihiro.K	Noa.m	kano.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。

08/17	08/18	08/19	08/20	08/21	08/22	08/23	08/24				
月	火	水	木	金	土	日	月				
close	10:30 ~ 11:30 jump to burn Noa.m	10:30 ~ 11:30 Pre Basic 🍌 Yuina.D	close	10:30 ~ 11:30 Waist 🍌 Chihiro.K	10:30 ~ 11:30 Beauty Conditioning 🍌 Chihiro.K	10:30 ~ 11:30 Back & Arm 🍌 kano.k	close				
	12:00 ~ ~ Pre Basic 🍌 Yuina.D	12:30 ~ 13:30 Hip Punch Noa.m		12:00 ~ 13:00 Pilates Barre Yuina.D	12:00 ~ 13:00 Hip Punch Noa.m	12:30 ~ 13:30 Basic 🍌 Ayano.S					
	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg 🍌 Noa.m	close		13:30 ~ 14:30 jump to burn Noa.m	13:30 ~ 14:30 Basic 🍌 Ayano.S	14:30 ~ 15:30 Hip & Leg 🍌 Chihiro.K					
	close			close	close	15:00 ~ 16:00 Waist 🍌 Chihiro.K		16:30 ~ 17:30 Basic 🍌 Ayano.S			
						close		17:30 ~ 18:00 疑問解消無料ﾋﾞﾚｯｽﾞ Chihiro.K			
								17:30 ~ 18:30 Basic 🍌 Ayano.S			
						18:00 ~ 19:00 Basic 🍌 kanna.w		18:00 ~ 19:00 Hip & Leg 🍌 kano.k	18:00 ~ 19:00 Pilates Barre Yuina.D	18:00 ~ 19:00 Back & Arm 🍌 kano.k	18:30 ~ 19:00 疑問解消無料ﾋﾞﾚｯｽﾞ Noa.m
						19:30 ~ 20:30 Back & Spine Yuina.D		19:30 ~ 20:30 jump to burn Noa.m	19:30 ~ 20:30 Beauty Conditioning 🍌 Chihiro.K	19:30 ~ 20:30 Basic 🍌 Ayano.S	close
						21:00 ~ 22:00 Basic 🍌 kanna.w		21:00 ~ 22:00 Back & Arm 🍌 kano.k	21:00 ~ 22:00 Basic 🍌 Ayano.S	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg 🍌 kano.k	

08/25	08/26	08/27	08/28	08/29	08/30	08/31	
火	水	木	金	土	日	月	
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	
Hip & Leg 🏊	Basic 🏊		Basic 🏊	Waist 🏊	Body Balance		
kano.k	Chihiro.K		Ayano.S	Chihiro.K	Noa.m		
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		
Beauty Conditioning 🏊	Back & Spine		Hip Punch	Basic 🏊	Back & Arm 🏊		
Chihiro.K	Yuina.D		kano.k	Ayano.S	kano.k		
13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		
Back & Arm 🏊			Basic 🏊	Beauty Conditioning 🏊	jump to burn		
kano.k			Ayano.S	Chihiro.K	Noa.m		
close			close	close	15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30
					Basic 🏊		Waist 🏊
					Ayano.S		Chihiro.K
		close			17:30 ~ 18:00		
		疑問解消無料ﾋﾞﾚｯｽﾞ					
Chihiro.K							
18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close		
Hip & Leg 🏊	Advance	Back & Spine	Advance				
Noa.m	Noa.m	Yuina.D	Noa.m				
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				
Body Balance	Back & Arm 🏊	Basic 🏊	Beauty Conditioning 🏊				
Noa.m	kano.k	Ayano.S	Chihiro.K				
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				
Basic 🏊	jump to burn	Pilates Barre	Waist 🏊				
Chihiro.K	Noa.m	Yuina.D	Chihiro.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。