

pilatesK 川崎店		【 07/01 ~ 07/08 】			スケジュール		2026/07/21 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		close	
						Back & Arm 🌟		Beauty Conditioning 🌟							
						Komachi.K		Shimo.M							
						16:30 ~ 17:30									
						Basic 🌟									
						MIZUKI.K									
						18:00 ~ 19:00		Pilates Cardio							
18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		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		close		close		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					
		Hip Punch					
		mai.T					
		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00				
Basic 🌟	Hip Punch	Shape up waist	Pilates Barre	Waist 🌟	Back & Arm 🌟		
MIZUKI.K	mai.T	kanami	kanami	Shimo.M	Komachi.K		
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	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 Workout	close	Body Balance	Pilates Cardio	Basic 🌟	Beauty Conditioning 🌟	
kanami	mai.T		ayano.h	kanami	MIZUKI.K	Shimo.M	
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
Hip Punch	Basic 🌟		Power up Control	Basic 🌟	Back & Arm 🌟	Hip & Leg 🌟	
mai.T	MIZUKI.K		kanami	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 川崎店		【 07/17 ~ 07/24 】 スケジュール						2026/07/21 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	natsuko	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 & Leg 🌱	Basic 🌱	Shape up waist	Back & Arm 🌱	Hip & Leg 🌱	
kanami	Shimo.M	Shimo.M	ayano.h	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	close	16:30 ~ 17:30					
	Hip & Leg 🌱		Basic 🌱					
	Komachi.K		MIZUKI.K					
	18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00					
	Body Balance		Waist 🌱					
	ayano.h		Shimo.M					
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 & Leg 🌱	Basic 🌱	Body Balance	
MIZUKI.K				kanami	Komachi.K	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				Riri	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				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						
Basic 🌱						
MIZUKI.K						
18:00 ~ 19:00						
Hip Punch	close	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	Kanami	Shimo.M
		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
		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 🌱	Hip Punch		
Kanami	ayano.h	Shimo.M	ayano.h	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時間前迄を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。