

pilatesK 川崎店		【 08/01 ~ 08/08 】 スケジュール						2026/07/14 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	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
Back & Arm 🍌	Waist 🍌	Back & Arm 🍌	Release&Strength	Pilates Workout	Back & Arm 🍌	Basic 🍌	Shape up waist	
Komachi.K	Kanami	Shimo.M	mai.T	mai.T	Komachi.K	ayano.h	Kanami	
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	12:00 ~ 13:00	
Pilates Workout	Reset Flow	Release&Strength	Waist 🍌	Hip & Leg 🍌	Pilates Barre	Shape up waist	Back & Arm 🍌	
mai.T	ayano.h	mai.T	Shimo.M	Komachi.K	ayano.h	Kanami	Shimo.M	
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	13:30 ~ 14:30	
Beauty Conditioning 🍌	Shape up waist	Waist 🍌	Pre Basic 🍌	Back & Arm 🍌	Hip & Leg 🍌	Pilates Cardio	Reset Flow	
Shimo.M	Kanami	Shimo.M	mai.T	Komachi.K	Komachi.K	ayano.h	ayano.h	
15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	close	close	close	close	close	15:00 ~ 16:00	
Pre Basic 🍌	Pilates Cardio						Waist 🍌	
mai.T	ayano.h						Shimo.M	
16:30 ~ 17:30	close						16:30 ~ 17:30	
Waist 🍌							Pilates Barre	
shimo.M							Mio.I	
18:00 ~ 19:00							18:00 ~ 19:00	
Hip & Leg 🍌							Pilates Cardio	
Komachi.K							ayano.h	
close	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	
		Hip & Leg 🍌	Back & Arm 🍌	Pre Basic 🍌	Pilates Workout	Back & Arm 🍌		
		Komachi.K	shimo.M	mai.T	Kanami	Komachi.K		
		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
		Basic 🍌	Power up Control	Waist 🍌	Basic 🍌	Beauty Conditioning 🍌		
		ayano.h	Kanami	shimo.M	Kanami	shimo.M		
		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		
Reset Flow	Shape up waist	Beauty Conditioning 🍌	Release&Strength	Hip & Leg 🍌				
		ayano.h	Kanami	shimo.M	mai.T	Komachi.K		

pilatesK 川崎店		【 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	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
Release&Strength	Waist 🌈	Shape up waist	Pre Basic 🌈	Shape up waist	Beauty Conditioning 🌈	Pilates Cardio	Back & Arm 🌈
mai.T	Shimo.M	Kanami	mai.T	Kanami	Shimo.M	ayano.h	Shimo.M
12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30
Hip & Leg 🌈	Hip Punch	Basic 🌈	Power up Control	Hip Punch	Waist 🌈	Hip & Leg 🌈	Power up Control
Komachi.K	mai.T	Kanami	Kanami	mai.T	Shimo.M	Komachi.K	Kanami
14:30 ~ 15:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30
Pilates Workout	Beauty Conditioning 🌈	Waist 🌈	Beauty Conditioning 🌈	Basic 🌈	Hip Punch	Basic 🌈	Waist 🌈
mai.T	Shimo.M	Shimo.M	Shimo.M	mai.T	mai.T	Chisaki.S	Shimo.M
16:30 ~ 17:30	close	15:00 ~ 16:00	close	close	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30
Back & Arm 🌈		Pilates Cardio				Back & Arm 🌈	Reset Flow
Komachi.K		ayano.h				Chisaki.S	Kanami
close		16:30 ~ 17:30				16:30 ~ 17:30	close
		Beauty Conditioning 🌈				Reset Flow	
		Shimo.M				ayano.h	
		18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00	
		Reset Flow					
		ayano.h					
18:00 ~ 19:00		close				18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
Pre Basic 🌈	Reset Flow		Back & Arm 🌈	Power up Control			
mai.T	ayano.h		Komachi.K	Kanami			
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
Back & Arm 🌈	Hip & Leg 🌈		Pilates Workout	Basic 🌈			
Komachi.K	Komachi.K		Kanami	Kanami			
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
Hip & Leg 🌈	Back & Arm 🌈	Hip & Leg 🌈	Pilates Workout				
Komachi.K	Komachi.K	Komachi.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 川崎店			【 08/17 ~ 08/24 】 スケジュール					2026/07/14 更新
08/17	08/18	08/19	08/20	08/21	08/22	08/23	08/24	
月	火	水	木	金	土	日	月	
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	Beauty Conditioning 🌱	Pilates Barre		Waist 🌱	Reset Flow	Release&Strength	Hip & Leg 🌱	
Kanami	Shimo.M	ayano.h		TOWA.s	ayano.h	mai.T	Komachi.K	
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 13:00	
Waist 🌱	Pre Basic 🌱	Pilates Cardio		Back & Arm 🌱	Shape up waist	Basic 🌱	Back & Arm 🌱	
Shimo.M	mai.T	ayano.h		Shimo.M	Kanami	ayano.h	Komachi.K	
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	13:30 ~ 14:30	
Power up Control	Release&Strength	Pre Basic 🌱		Basic 🌱	Hip & Leg 🌱	Hip Punch	Beauty Conditioning 🌱	
Kanami	mai.T	mai.T		TOWA.s	Komachi.K	mai.T	Shimo.M	
close	close	close		close	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	close
			Pilates Barre			Pilates Cardio		
			ayano.h			ayano.h		
			16:30 ~ 17:30					
			Power up Control					
			Kanami					
			18:00 ~ 19:00					
			Back & Arm 🌱					
			Komachi.K			close		
			18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00	
			Release&Strength				Waist 🌱	
			mai.T				Shimo.M	
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30						
Release&Strength	Basic 🌱	Beauty Conditioning 🌱						
mai.T	Kanami	Shimo.M						
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00						
Reset Flow	Power up Control	Hip & Leg 🌱						
ayano.h	Kanami	Komachi.K						
			21:00 ~ 22:00	Hip Punch				
			mai.T		Pre Basic 🌱			
					mai.T			

pilatesK 川崎店		【 08/25 ~ 08/31 】 スケジュール											
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		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	
Back & Arm 🌱		Pilates Cardio		Release&Strength		Pre Basic 🌱		Hip & Leg 🌱		Pilates Cardio		Back & Arm 🌱	
Komachi.K		ayano.h		mai.T		mai.T		Komachi.K		ayano.h		Komachi.K	
12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	
Hip & Leg 🌱		Pre Basic 🌱		Hip Punch		Shape up waist		Pilates Workout		Hip & Leg 🌱		Beauty Conditioning 🌱	
Komachi.K		mai.T		mai.T		Kanami		mai.T		Komachi.K		Shimo.M	
13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30		14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	
Basic 🌱		Hip Punch		Basic 🌱		Pilates Workout		Waist 🌱		Back & Arm 🌱		Basic 🌱	
ayano.h		mai.T		Kanami		Kanami		Shimo.M		Komachi.K		Kanami	
close	close	close	close	close	15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30		close	close	close		
					Back & Arm 🌱		Pilates Barre						
					Komachi.K		ayano.h						
					16:30 ~ 17:30								
					Pre Basic 🌱								
					mai.T								
					18:00 ~ 19:00								
					Beauty Conditioning 🌱								
					Shimo.M								
					18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00					18:00 ~ 19:00	
Reset Flow		Waist 🌱		Pilates Barre		Hip & Leg 🌱				Shape up waist			
ayano.h		Shimo.M		ayano.h		Komachi.K				Kanami			
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	
Beauty Conditioning 🌱		Back & Arm 🌱		Power up Control		Waist 🌱				Pilates Cardio			
Shimo.M		Shimo.M		Kanami		Shimo.M				ayano.h			
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	
Waist 🌱		Pilates Barre		Pilates Cardio		Reset Flow						Release&Strength	
Shimo.M		ayano.h		ayano.h		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。