

pilatesK 川越店		【 08/01 ~ 08/08 】 スケジュール						2026/07/15 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		
Waist 🏋️	Advance		Basic 🏋️	Body Balance		Waist 🏋️	Pilates Workout		
Kotono.C	Chizuru.S		Kiko.M	asami.T		sumire.a	Kotono.C		
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		
jump to burn	Basic 🏋️		Hip & Leg 🏋️	Back & Arm 🏋️		Hip Punch	Beauty Conditioning 🏋️		
Kotono.C	Kiko.M		asami.T	asami.T		Chizuru.S	asami.T		
13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		
Hip & Leg 🏋️	Pilates Cardio		Pilates Cardio			Basic 🏋️	Waist 🏋️		
asami.T	Chizuru.S		Chizuru.S			sumire.a	Kotono.C		
15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close			close	close	15:00 ~ 16:00	
Basic 🏋️	Back & Arm 🏋️							Hip & Leg 🏋️	
Kiko.M	Chizuru.S							asami.T	
close	close							close	close
17:30 ~ 18:30								17:30 ~ 18:30	
Beauty Conditioning 🏋️								Basic 🏋️	
asami.T								Kiko.M	
close		close		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
				Waist 🏋️	Basic 🏋️			Advance	jump to burn
				Kotono.C	Kiko.M			Chizuru.S	Kotono.C
			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
			Advance	Waist 🏋️	Beauty Conditioning 🏋️	Back & Arm 🏋️			
			Chizuru.S	Kotono.C	asami.T	Kotono.C			
	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				
Back & Arm 🏋️	Pilates Workout	Hip & Leg 🏋️	Basic 🏋️						
Kotono.C	Kotono.C	Chizuru.S	Kiko.M						

pilatesK 川越店		【 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	
jump to burn		Back & Arm 🏋️	Basic 🏋️		Advance	Hip & Leg 🏋️	Pre Basic 🏋️	
Kotono.C		Kotono.C	Kiko.M		Chizuru.S	asami.T	Mao.F	
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	
Back & Arm 🏋️		Body Balance	jump to burn		Beauty Conditioning 🏋️	Basic 🏋️	Hip Punch	
asami.T		asami.T	Kotono.C		asami.T	Kiko.M	Chizuru.S	
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	
Basic 🏋️		Basic 🏋️			Hip & Leg 🏋️	Pilates Workout	Beauty Conditioning 🏋️	
Kiko.M		Kiko.M			Chizuru.S	Kotono.C	Mao.F	
16:30 ~ 17:30		15:00 ~ 16:00			15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		
Body Balance		jump to burn			Back & Arm 🏋️	Advance		
asami.T		Kotono.C			Kotono.C	Chizuru.S		
close		close			close	close	close	close
		17:30 ~ 18:30			17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30
		Hip & Leg 🏋️			Waist 🏋️	Waist 🏋️	Waist 🏋️	Waist 🏋️
		asami.T			asami.T	asami.T	asami.T	asami.T
	close	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close		
			Waist 🏋️	Pilates Cardio	Back & Arm 🏋️			
			asami.T	Chizuru.S	Kotono.C			
			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
			Hip Punch	Waist 🏋️	Basic 🏋️			
	Chizuru.S	Kotono.C	Kiko.M	Chizuru.S	Kiko.M	Kotono.C		
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
Advance	Basic 🏋️	Pilates Workout	Advance	Basic 🏋️	Pilates Workout			
Chizuru.S	Kiko.M	Kotono.C	Chizuru.S	Kiko.M	Kotono.C			

：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

【 08/17 ~ 08/24 】 スケジュール

2026/07/15 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
close	10:30 ~ 11:30 Beauty Conditioning 🌱 asami.T	10:30 ~ 11:30 Back & Arm 🌱 Chizuru.S	close	10:30 ~ 11:30 jump to burn Kotono.C	10:30 ~ 11:30 Hip Punch Chizuru.S	10:30 ~ 11:30 Body Balance Mao.F	close
	12:00 ~ 13:00 Waist 🌱 Kotono.C	12:30 ~ 13:30 Advance Chizuru.S		12:00 ~ 13:00 Back & Arm 🌱 Chizuru.S	12:00 ~ 13:00 Waist 🌱 asami.T	12:30 ~ 13:30 Back & Arm 🌱 asami.T	
	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg 🌱 asami.T	close		13:30 ~ 14:30 Basic 🌱 Kotono.C	13:30 ~ 14:30 Back & Arm 🌱 Chizuru.S	14:30 ~ 15:30 Pre Basic 🌱 Mao.F	
	close			close	15:00 ~ 16:00 Body Balance asami.T	16:30 ~ 17:30 Waist 🌱 asami.T	
					close	close	
					17:30 ~ 18:30 Advance Chizuru.S		
					18:00 ~ 19:00 Pilates Cardio Chizuru.S		
	19:30 ~ 20:30 Basic 🌱 Kotono.C	19:30 ~ 20:30 Waist 🌱 Kotono.C		19:30 ~ 20:30 Hip Punch Chizuru.S	19:30 ~ 20:30 Pilates Cardio Chizuru.S		
	21:00 ~ 22:00 Hip Punch Chizuru.S	21:00 ~ 22:00 Basic 🌱 Kotono.C		21:00 ~ 22:00 Back & Arm 🌱 Chizuru.S	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg 🌱 asami.T		

pilatesK 川越店

【 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	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close
Back & Arm 🌱	Basic 🌱		Waist 🌱	Pilates Workout	Beauty Conditioning 🌱	
asami.T	KARIN.N		asami.T	Kotono.C	asami.T	
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	
Basic 🌱	Waist 🌱		Pilates Cardio	Body Balance	Basic 🌱	
sumire.a	KARIN.N		Chizuru.S	asami.T	Kotono.C	
13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	
Waist 🌱			Hip & Leg 🌱	Basic 🌱	Hip & Leg 🌱	
sumire.a			asami.T	Kotono.C	asami.T	
close			close	close	15:00 ~ 16:00	
		Hip & Leg 🌱			jump to burn	
		asami.T			Kotono.C	
	close	close				
17:30 ~ 18:30						
Back & Arm 🌱						
asami.T						
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	
Pilates Workout	Beauty Conditioning 🌱		Hip & Leg 🌱	Basic 🌱		
Kotono.C	asami.T	Misato.W	Kotono.C			
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
Body Balance	Back & Arm 🌱	Pilates Workout	Advance			
asami.T	Kotono.C	Kotono.C	Chizuru.S			
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
Waist 🌱	Hip & Leg 🌱	Basic 🌱	Back & Arm 🌱			
Kotono.C	asami.T	Misato.W	Kotono.C			

🌱 : 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。