

pilatesK 所沢店		【 08/01 ~ 08/08 】 スケジュール						2026/08/14 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	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30						
Advance	Back & Arm 🌈		Waist 🌈	Hip & Leg 🌈	Basic 🌈	Beauty Conditioning 🌈	Back & Arm 🌈						
YUKINA	KARIN.N		KARIN.N	Misato.W	Misato.W	YUKINA	sumire.a						
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00						
Basic 🌈	Hip Punch		Hip & Leg 🌈	Basic 🌈	Shape up waist	Power up Control	Pilates Workout						
Misato.W	Mei.D		Misato.W	KARIN.N	sumire.a	YUKINA	Mei.D						
13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30						
Back & Arm 🌈	Shape up waist		Basic 🌈		Back & Arm 🌈	Hip & Leg 🌈	Basic 🌈						
sumire.a	sumire.a		KARIN.N		sumire.a	Misato.W	sumire.a						
15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close		close	close	close	15:00 ~ 16:00					
Animal Stretch	Pre Basic 🌈							Waist 🌈					
YUKINA	Mei.D							KARIN.N					
close	close							close					
17:30 ~ 18:30	close						17:30 ~ 18:30						
Hip & Leg 🌈							Body Balance						
Misato.W							Mei.D						
close	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close							
		Shape up waist	Back & Spine	Pre Basic 🌈	Pilates Cardio								
		sumire.a	YUKINA	Mei.D	Mei.D								
		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30								
		Animal Stretch	Back & Arm 🌈	Waist 🌈	Basic 🌈								
		YUKINA	sumire.a	KARIN.N	Misato.W								
		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00								
Basic 🌈	Beauty Conditioning 🌈	Hip Punch	Back & Spine										
sumire.a	YUKINA	Mei.D	Mei.D										

pilatesK 所沢店		【 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	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30			
Basic 🍌		Body Balance	Back & Arm 🍌	Pilates Barre	Pilates Workout	Shape up waist	Back & Spine			
KARIN.N		KARIN.N	KARIN.N	Mei.D	Mei.D	sumire.a	YUKINA			
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30			
Pilates Barre		Basic 🍌	Animal Stretch	Waist 🍌	Basic 🍌	Pilates Barre	Waist 🍌			
Mei.D		Misato.W	YUKINA	KARIN.N	sumire.a	Mei.D	sumire.a			
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30			
Body Balance		Hip Punch		Pilates Cardio	Shape up waist	Back & Arm 🍌	Advance			
Mei.D		YUKINA		Mei.D	sumire.a	sumire.a	YUKINA			
16:30 ~ 17:30		15:00 ~ 16:00		close	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30			
Hip & Leg 🍌		Back & Arm 🍌				Pilates Cardio	Basic 🍌			
Misato.W		KARIN.N				Mei.D	sumire.a			
close		close				close	close	close	close	
										17:30 ~ 18:30
										Beauty Conditioning 🍌
										YUKINA
										18:00 ~ 19:00
										Pilates Barre
										Mei.D
										19:30 ~ 20:30
										Basic 🍌
										Misato.W
21:00 ~ 22:00										
Shape up waist										
sumire.a										
Misato.W										
KARIN.N										

🟢：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 所沢店		【 08/17 ~ 08/24 】 スケジュール						2026/08/14 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																					
close	10:30 ~ 11:30 Pre Basic 🌱 Mei.D	10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio Mei.D	10:30 ~ 11:30 Beauty Conditioning 🌱 YUKINA	10:30 ~ 11:30 Animal Stretch YUKINA	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg 🌱 sumire.a	10:30 ~ 11:30 Hip Punch YUKINA	close																					
	12:00 ~ 13:00 Pilates Workout Mei.D	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg 🌱 Misato.W	12:00 ~ 13:00 Pilates Barre Mei.D	12:00 ~ 13:00 Back & Arm 🌱 sumire.a	12:00 ~ 13:00 Power up Control YUKINA	12:30 ~ 13:30 Basic 🌱 KARIN.N																						
	13:30 ~ 14:30 Back & Arm 🌱 KARIN.N	close	13:30 ~ 14:30 Hip Punch YUKINA	13:30 ~ 14:30 Back & Spine YUKINA	13:30 ~ 14:30 Waist 🌱 sumire.a	14:30 ~ 15:30 Beauty Conditioning 🌱 YUKINA																						
	close		close	close	15:00 ~ 16:00 Advance YUKINA	16:30 ~ 17:30 Body Balance KARIN.N																						
					close																							
								close																				
										close																		
												close																
														close														
																close												
																		close										
																				close								
																						close						
																								close				
																										close		
																												close
close																												
		close																										
				close																								
						close																						
								close																				
										close																		
												close																
														close														
																close												
																		close										
																				close								
																						close						
close																												
		close																										
				close																								
						close																						
								close																				
										close																		
												close																
														close														
																close												
																		close										
																				close								
																						close						
close																												
		close																										
				close																								
						close																						
								close																				
										close																		
												close																
														close														
																close												
																		close										
																				close								
																						close						
close																												
		close																										
				close																								
						close																						
								close																				
										close																		
												close																
														close														
																close												
																		close										
																				close								
																						close						
close																												
		close																										
				close																								
						close																						
								close																				
										close																		
												close																
														close														
																close												
																		close										
																				close								
																						close						
close																												
		close																										
				close																								
						close																						
								close																				
										close																		
												close																
														close														
																close												
																		close										
																				close								
																						close						
close																												
		close																										
				close																								
						close																						
								close																				
										close																		
												close																
														close														
																close												
																		close										
																				close								
																						close						
close																												
		close																										
				close																								
						close																						
								close																				
										close																		
												close																
														close														
																close												
																		close										
																				close								
																						close						
close																												
		close																										
				close																								
						close																						
								close																				
										close																		
												close																
														close														
																close												
																		close										
																				close								
																						close						
close																												
		close																										
				close																								
						close																						
								close																				
										close																		
												close																
														close														
																close												
																		close										
																				close								
																						close						
close																												
		close																										
				close																								
						close																						
								close																				
										close																		
												close																
														close														
																close												
																		close										
																				close								
																						close						
close																												
		close																										
				close																								
						close																						
								close																				
										close																		
												close																
														close														
																close												
																		close										
																				close								
																						close						
close																												
		close																										
				close																								
						close																						
								close																				
										close																		
												close																
														close														
																close												
																		close										
																				close								
																						close						
close																												
		close																										
				close																								
						close																						
								close																				
										close																		
												close																
														close														
																close												
																		close										
																				close								
																						close						
close																												
		close																										
				close																								
						close																						
								close																				
										close																		
												close																
														close														
																close												
																		close										
																				close								
																						close						
close																												
		close																										
				close																								
						close																						
								close																				
										close																		
												close																
														close														
																close												
																		close										
																				close								
																						close						
close																												
		close																										
				close																								
						close																						
								close																				
										close																		
												close																
														close														
																close												
																		close										
																				close								
																						close						
close																												
		close																										
				close																								
						close																						
								close																				
										close																		
												close																
														close														
																close												
																		close										
																				close								
																						close						
close																												
		close																										
				close																								
						close																						
								close																				
										close																		
												close																
														close														
																close												
																		close										
																				close								
																						close						
close																												
		close																										
				close																								
						close																						
								close																				
										close																		
												close																
														close														
																close												
																		close										
																				close								
																						close						
close																												
		close																										
				close																								
						close																						
								close																				
										close																		
												close																
														close														
																close												
																		close										
																				close								
																						close						
close																												
		close																										
				close																								
						close																						
								close																				
										close																		
												close																
														close														
																close												
																		close										
																				close								
																						close						
close																												
		close																										
				close																								

pilatesK 所沢店		【 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					
Body Balance		Waist 🌱		Shape up waist		Basic 🌱		Pilates Barre		Hip & Leg 🌱					
KARIN.N		sumire.a		sumire.a		sumire.a		Mei.D		Misato.W					
12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30					
Back & Spine		Power up Control		Animal Stretch		Hip Punch		Hip & Leg 🌱		Pilates Cardio					
Mei.D		YUKINA		YUKINA		Mei.D		sumire.a		Mei.D					
13:30 ~ 14:30		close		13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30		14:30 ~ 15:30					
Waist 🌱				Basic 🌱		Pilates Barre		Back & Spine		Basic 🌱					
KARIN.N				sumire.a		Mei.D		Mei.D		Misato.W					
close				close		close		15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30					
								Basic 🌱		Shape up waist					
								KARIN.N		sumire.a					
								close		close		17:30 ~ 18:30			
												Back & Arm 🌱			
												KARIN.N			
18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		close		close			
Basic 🌱		Hip Punch		Waist 🌱		Body Balance									
Misato.W		Mei.D		KARIN.N		KARIN.N									
19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30									
Pilates Cardio		Basic 🌱		Body Balance		Shape up waist									
Mei.D		Misato.W		KARIN.N		sumire.a		close		close					
21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00									
Hip & Leg 🌱		Pilates Barre		Advance		Back & Arm 🌱									
Misato.W		Mei.D		YUKINA		KARIN.N									

🌱 : 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。