

pilatesK 川崎店		【 09/01 ~ 09/08 】				スケジュール		2026/09/05 更新			
09/01	09/02	09/03	09/04	09/05	09/06	09/07	09/08				
火	水	木	金	土	日	月	火				
10:30 ~ 11:30	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				
jump to burn	Hip & Leg 🌿	Pilates Barre	Style up Pilates	Release&Strength	Shape up waist		Pilates Cardio				
shimo.M	komachi.K	ayano.h	mai.T	mai.T	kanami		ayano.h				
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				
Reset Flow	Basic 🌿	Pilates Cardio	Back & Arm 🌿	jump to burn	Basic 🌿		Release&Strength				
ayano.h	komachi.K	ayano.h	shimo.M	shimo.M	komachi.K		mai.T				
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				
Beauty Conditioning 🌿	Release&Strength	Back & Arm 🌿	Waist 🌿	Back & Arm 🌿	Pilates Workout		Waist 🌿				
shimo.M	mai.T	kanami	shimo.M	kanami	kanami		ayano.h				
close	close	close	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close	close			
				Shape up waist	Hip & Leg 🌿						
				kanami	Nanase.N						
				16:30 ~ 17:30							
				Style up Pilates							
				mai.T							
				18:00 ~ 19:00							
				Beauty Conditioning 🌿							
				shimo.M							
				close							
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00							
Shape up waist	Hip Punch	Basic 🌿	Release&Strength	Back & Arm 🌿							
kanami	mai.T	komachi.K	mai.T	komachi.K							
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30							
Pilates Barre	Waist 🌿	Pilates Workout	Back & Arm 🌿	Beauty Conditioning 🌿							
ayano.h	shimo.M	kanami	komachi.K	shimo.M							
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00							
Back & Arm 🌿	jump to burn	Hip & Leg 🌿	Basic 🌿	Basic 🌿							
kanami	shimo.M	kanami	komachi.K	komachi.K							

pilatesK 川崎店		【 09/09 ~ 09/16 】 スケジュール					
09/09	09/10	09/11	09/12	09/13	09/14	09/15	09/16
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	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Hip Punch	Pilates Workout	Beauty Conditioning	Pilates Cardio	Style up Pilates	Reset Flow	Release&Strength	Back & Arm
mai.T	kanami	shimo.M	ayano.h	mai.T	kanami	mai.T	komachi.K
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	12:00 ~ 13:00
Hip & Leg	Shape up waist	Waist	Beauty Conditioning	Back & Arm	Pre Basic	Waist	jump to burn
komachi.K	kanami	shimo.M	shimo.M	komachi.K	mai.T	ayano.h	shimo.M
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	13:30 ~ 14:30
Pre Basic	Release&Strength	Pilates Cardio	Basic	Hip Punch	Shape up waist	Reset Flow	Hip & Leg
mai.T	mai.T	kanami	kanami	mai.T	kanami	ayano.h	komachi.K
close	close	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	close	close	close
			jump to burn	Basic			
			shimo.M	komachi.K			
			16:30 ~ 17:30				
			Back & Arm				
			kanami				
			18:00 ~ 19:00				
Reset Flow							
ayano.h							
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
Pilates Cardio	Style up Pilates	Hip & Leg			Basic	Hip & Leg	Pilates Workout
kanami	mai.T	kanami			Chisaki.S	kanami	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
Basic	Pilates Cardio	Release&Strength			jump to burn	Pilates Barre	Pre Basic
ayano.h	ayano.h	mai.T			shimo.M	ayano.h	mai.T
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	Hip Punch	Hip & Leg	Pilates Cardio	Reset Flow		
shimo.M	ayano.h	mai.T		Chisaki.S	kanami	ayano.h	

🌿：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		【 09/17 ~ 09/24 】 スケジュール						2026/09/05 更新
09/17	09/18	09/19	09/20	09/21	09/22	09/23	09/24	
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	
Waist 🌱	Pilates Barre	Pre Basic 🌱	Pilates Cardio	Hip Punch	Shape up waist	Pilates Barre	Reset Flow	
shimo.M	ayano.h	mai.T	kanami	mai.T	Kanami	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	
Basic 🌱	Beauty Conditioning 🌱	Pilates Cardio	Basic 🌱	jump to burn	Beauty Conditioning 🌱	Back & Arm 🌱	Pre Basic 🌱	
komachi.K	shimo.M	ayano.h	komachi.K	shimo.M	shimo.M	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	
jump to burn	Reset Flow	Style up Pilates	Hip & Leg 🌱	Pilates Barre	Pre Basic 🌱	Waist 🌱	Pilates Cardio	
shimo.M	ayano.h	mai.T	komachi.K	ayano.h	mai.T	shimo.M	ayano.h	
close	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	close	
		Hip & Leg 🌱	Shape up waist	Pre Basic 🌱	Pilates Workout	Reset Flow		
		ayano.h	kanami	mai.T	Kanami	ayano.h		
		16:30 ~ 17:30	close	16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30		
		Release&Strength		Beauty Conditioning 🌱	Back & Arm 🌱	jump to burn		
		mai.T		shimo.M	shimo.M	shimo.M		
		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		
		Pilates Barre		Pilates Cardio	Style up Pilates	Basic 🌱		
		ayano.h		ayano.h	mai.T	komachi.K		
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	close	close	close	close	18:00 ~ 19:00	
Hip Punch	jump to burn						Beauty Conditioning 🌱	
mai.T	shimo.M						shimo.M	
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30						19:30 ~ 20:30	
Back & Arm 🌱	Hip & Leg 🌱						Basic 🌱	
komachi.K	komachi.K						komachi.K	
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00						21:00 ~ 22:00	
Style up Pilates	Back & Arm 🌱						Waist 🌱	
mai.T	komachi.K						shimo.M	

pilatesK 川崎店		【 09/25 ~ 09/30 】 スケジュール				
09/25		09/26	09/27	09/28	09/29	09/30
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	10:30 ~ 11:30
Back & Arm 🌱		Waist 🌱	Basic 🌱	Style up Pilates	Waist 🌱	Pilates Cardio
komachi.K		shimo.M	komachi.K	mai.T	shimo.M	ayano.h
12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00
Shape up waist		Reset Flow	jump to burn	Hip Punch	Pilates Workout	Basic 🌱
Kanami		ayano.h	shimo.M	mai.T	mai.T	ayano.h
13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30
Basic 🌱		Pilates Workout	Beauty Conditioning 🌱	Basic 🌱	Beauty Conditioning 🌱	Shape up waist
komachi.K		Kanami	shimo.M	komachi.K	shimo.M	Kanami
close	15:00 ~ 15:30		16:30 ~ 17:30	close	close	close
	Back & Arm 🌱		Hip & Leg 🌱			
	shimo.M		komachi.K			
	16:00 ~ 17:00					
	Basic 🌱					
	ayano.h					
	18:00 ~ 19:00					
	Shape up waist					
Kanami						
18:00 ~ 19:00		close	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
Hip & Leg 🌱				Hip & Leg 🌱	Back & Arm 🌱	Pre Basic 🌱
Kanami				komachi.K	komachi.K	Mai.T
19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
Pilates Cardio				Waist 🌱	Style up Pilates	Pilates Workout
ayano.h				shimo.M	mai.T	Kanami
21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
Pilates Barre				jump to burn	Basic 🌱	Release&Strength
ayano.h		shimo.M	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。