

pilatesK		かわぐちスタジオ		【 10/01 ~ 10/08 】		スケジュール		2026/09/25 更新	
10/01	10/02	10/03	10/04	10/05	10/06	10/07	10/08		
木	金	土	日	月	火	水	木		
close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	close	close		
	Waist 🌿	Pilates Workout	Basic 🌿		Basic 🌿				
	kano.k	Noa.m	Ayano.S		Ayano.S				
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00				
	Back & Spine	Basic 🌿	Hip Punch		Release&Strength				
	Yuina.D	Ayano.S	kano.k		Yuina.D				
	13:30 ~ 14:30	1330 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30			14:00 ~ 15:00	
	Basic 🌿	jump to burn	Basic 🌿		Basic 🌿			Pre Basic 🌿	
	Ayano.S	Noa.m	Ayano.S		Ayano.S			Yuina.D	
	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		15:00 ~ 16:00			15:30 ~ 16:30	
		Basic 🌿	Back & Arm 🌿		jump to burn	Hip Punch			
		Ayano.S	kano.k		Noa.m	Noa.m			
		close	close		close	close		close	
			17:30 ~ 18:30			17:30 ~ 18:30			
	Basic 🌿		Hip & Leg 🌿						
	Ayano.S	Noa.m							
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:30 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00					
Hip & Leg 🌿	Basic 🌿	疑問解消無料💖 ライト	close	Basic 🌿		Back & Spine			
kano.k	Chihiro.K	Noa.m		Ayano.S		Yuina.D			
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	close		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30			
Release&Strength	Style up Pilates			Pilates Workout		Basic 🌿			
Yuina.D	Chihiro.K			Noa.m		Ayano.S			
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00			
Basic 🌿	Hip Punch			Basic 🌿		Pilates Barre			
Ayano.S	Noa.m	Ayano.S		Yuina.D					

pilatesK かわぐちスタジオ			【 10/09 ~ 10/16 】	スケジュール			
10/09	10/10	10/11	10/12	10/13	10/14	10/15	10/16
金	土	日	月	火	水	木	金
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30
Hip Punch	Style up Pilates	jump to burn		Waist 🌿	Pilates Barre		Beauty Conditioning 🌿
Noa.m	Chihiro.K	Noa.m		kano.k	Yuina.D		kano.k
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00
Basic 🌿	Hip & Leg 🌿	Style up Pilates		Basic 🌿	Hip & Leg 🌿		Waist 🌿
Ayano.S	kano.k	Chihiro.K		Ayano.S	Chihiro.K		Noa.m
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30
Pilates Workout	Release&Strength	Pilates Workout		Back & Arm 🌿			Hip & Leg 🌿
Noa.m	Yuina.D	Noa.m		kano.k		kano.k	
close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close		close	close
	Hip Punch	Waist 🌿					
	kano.k	Chihiro.K					
	close	17:30 ~ 18:00 疑問解消無料💡🌿 Chihiro.K					
17:30 ~ 18:30	close	18:00 ~ 19:00		Pilates Workout	Basic 🌿	Hip & Leg 🌿	Back & Spine
Beauty Conditioning 🌿		Noa.m	Ayano.S	kano.k	Yuina.D		
Chihiro.K		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
18:00 ~ 19:00		18:30 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		
Hip & Leg 🌿	疑問解消無料💡🌿	close	Noa.m	Ayano.S	kano.k	Yuina.D	
Chihiro.K	Yuina.D		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
19:30 ~ 20:30	close		Hip & Leg 🌿	jump to burn	Release&Strength	Pre Basic 🌿	
Pilates Barre			kano.k	Noa.m	Yuina.D	Yuina.D	
Yuina.D			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
21:00 ~ 22:00			Style up Pilates	Waist 🌿	Pilates Workout	Back & Arm 🌿	
Beauty Conditioning 🌿	Chihiro.K	Noa.m	kano.k	Noa.m	Ayano.S		

🌿：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 かわぐちサティ店		【 10/17 ~ 10/24 】 スケジュール						2026/09/25 更新		
10/17	10/18	10/19	10/20	10/21	10/22	10/23	10/24			
土	日	月	火	水	木	金	土			
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			
Hip Punch	Basic 🇯🇵		jump to burn	Waist 🇯🇵		Pilates Barre	Back & Arm 🇯🇵			
Noa.m	Ayano.S		Noa.m	kano.k		Yuina.D	Ayano.S			
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00			
Back & Arm 🇯🇵	Pilates Workout		Back & Arm 🇯🇵	Pilates Barre		jump to burn	Beauty Conditioning 🇯🇵			
Ayano.S	Noa.m		Ayano.S	Yuina.D		Noa.m	Chihiro.K			
13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30			
jump to burn	Style up Pilates		Waist 🇯🇵			Back & Spine	Basic 🇯🇵			
Noa.m	Noa.m		Noa.m			Yuina.D	Ayano.S			
15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close			close	close	15:00 ~ 16:00		
Basic 🇯🇵	Back & Arm 🇯🇵	Back & Arm 🇯🇵								
Ayano.S	Ayano.S	kano.k								
close	close	close			close					
17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30								
Back & Arm 🇯🇵		Hip & Leg 🇯🇵								
Ayano.S		kano.k								
close		close		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:30 ~ 19:00
				Release&Strength	Hip & Leg 🇯🇵			jump to burn	Back & Arm 🇯🇵	疑問解消無料レ'ティス
				Yuina.D	Noa.m			Noa.m	kano.k	Chihiro.K
			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	close			
			Back & Spine	Pilates Workout	Pilates Barre	Style up Pilates				
			Yuina.D	Noa.m	Yuina.D	Chihiro.K				
	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00					
	Basic 🇯🇵		Back & Arm 🇯🇵	Basic 🇯🇵	Waist 🇯🇵					
kano.k	Ayano.S	Ayano.S	Chihiro.K							

pilatesK かわぐちスタジオ店		【 10/25 ~ 10/31 】 スケジュール									
10/25	10/26	10/27	10/28	10/29	10/30	10/31					
日	月	火	水	木	金	土					
10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30					
Style up Pilates		Basic 🌈	Pilates Workout		Back & Spine	Hip & Leg 🌈					
Chihiro.K		Ayano.S	Noa.m		Yuina.D	kano.k					
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00					
Hip Punch		jump to burn	Pre Basic 🌈		Waist 🌈	Pre Basic 🌈					
kano.k		Noa.m	Yuina.D		kano.k	Yuina.D					
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30					
Beauty Conditioning 🌈		Back & Arm 🌈			Style up Pilates	Pilates Workout					
kano.k		Ayano.S			Chihiro.K	Noa.m					
16:30 ~ 17:30		close			close	close	15:00 ~ 16:00				
Basic 🌈							Beauty Conditioning 🌈				
Chihiro.K							kano.k				
close							close	close	close	close	
										17:30 ~ 18:30	
										Hip Punch	
										kano.k	
			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00						18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
			Back & Spine	Style up Pilates						Hip Punch	Basic 🌈
			Yuina.D	Chihiro.K						kano.k	Ayano.S
		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30						
		Basic 🌈	Back & Arm 🌈	Beauty Conditioning 🌈	jump to burn						
		kano.k	Ayano.S	Chihiro.K	Noa.m						
21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00							
Waist 🌈		Hip & Leg 🌈	Style up Pilates	Back & Arm 🌈							
kano.k		Chihiro.K	Chihiro.K	Ayano.S							

 : 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。