

pilatesK 川崎店		【 10/01 ~ 10/08 】 スケジュール						2026/09/16 更新
10/01	10/02	10/03	10/04	10/05	10/06	10/07	10/08	
木	金	土	日	月	火	close	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	
Pilates Cardio	Waist 🌿	Basic 🌿	Back & Spine	Basic 🌿	Hip Punch		jump to burn	
ayano.H	Shimo.M	mai.T	Kanami	ayano.H	mai.T		Shimo.M	
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	
Reset Flow	Beauty Conditioning 🌿	Back & Arm 🌿	Pre Basic 🌿	Pilates Cardio	Pilates Cardio		Advance	
ayano.H	Shimo.M	Shimo.M	mai.T	ayano.H	Kanami		Rico	
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		14:00 ~ 15:00	13:30 ~ 14:30
Hip Punch	Basic 🌿	Back & Spine	Pilates Workout	Back & Arm 🌿	Back & Spine	Beauty Conditioning 🌿	Style up Pilates	
mai.T	ayano.H	Kanami	Kanami	Shimo.M	Kanami	Shimo.M	mai.T	
close	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	close	15:00 ~ 16:00	15:30 ~ 16:30	close	
		Basic 🌿	Style up Pilates		Pilates Barre	Hip & Leg 🌿		
		mai.T	mai.T		ayano.H	Kanami		
		16:30 ~ 17:30			close	close		
		Hip & Leg 🌿						
		Kanami						
		18:00 ~ 19:00						
		jump to burn						
		Shimo.M	close		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00
		Pre Basic 🌿			Pilates Barre	Back & Arm 🌿		Hip & Leg 🌿
mai.T	ayano.H	Kanami		Komachi.K				
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30				
Hip & Leg 🌿	Pilates Workout	jump to burn		Release&Strength				
Komachi.K	Kanami	Shimo.M		Komachi.K				
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
Release&Strength	Back & Spine	Pilates Workout	Waist 🌿	Pilates Cardio				
Komachi.K	Kanami	mai.T	ayano.H	ayano.H				

pilatesK 川崎店		【 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	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Beauty Conditioning 🌿	Hip & Leg 🌿	Back & Arm 🌿	Release&Strength	Waist 🌿	Pilates Barre	Hip Punch	Pre Basic 🌿
Shimo.M	Kanami	Komachi.K	Komachi.K	Shimo.M	ayano.H	mai.T	mai.T
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	12:00 ~ 13:00
Back & Arm 🌿	Waist 🌿	Reset Flow	Back & Arm 🌿	Back & Spine	Basic 🌿	Back & Arm 🌿	Style up Pilates
Shimo.M	Shimo.M	ayano.H	ayano.H	Kanami	ayano.H	Komachi.K	mai.T
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	13:30 ~ 14:30
Reset Flow	Pilates Workout	Hip & Leg 🌿	Beauty Conditioning 🌿	Advance	Pilates Workout	Basic 🌿	Beauty Conditioning 🌿
ayano.H	Kanami	Komachi.K	Shimo.M	Kanami	Kanami	Komachi.K	Shimo.M
close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	15:00 ~ 16:00	close	close	close	close
	Beauty Conditioning 🌿	Pilates Barre	Basic 🌿				
	Shimo.M	ayano.H	Komachi.K				
	16:30 ~ 17:30		16:30 ~ 17:30				
	Style up Pilates		Waist 🌿				
	mai.T		Shimo.M				
	18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00				
Basic 🌿	Pilates Cardio						
mai.T	ayano.H						
18:00 ~ 19:00	close	close	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
Pilates Cardio				Hip & Leg 🌿	Beauty Conditioning 🌿	jump to burn	Waist 🌿
ayano.H				Komachi.K	Shimo.M	Shimo.M	Shimo.M
19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
Pre Basic 🌿				Basic 🌿	Back & Arm 🌿	Pilates Cardio	Basic 🌿
mai.T				Komachi.K	Shimo.M	ayano.H	Komachi.K
21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
Style up Pilates	Hip Punch	Reset Flow	Waist 🌿	Release&Strength			
mai.T	mai.T	Kanami	Shimo.M	Komachi.K			

🟢：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 川崎店		【 10/17 ~ 10/24 】 スケジュール						2026/09/16 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	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30				
Back & Spine	Basic 🍌	Waist 🍌	jump to burn	Hip & Leg 🍌	Basic 🍌	Pilates Workout	Pilates Cardio				
Kanami	ayano.H	mai.T	Shimo.M	Komachi.K	Komachi.K	mai.T	ayano.H				
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				
Release&Strength	Waist 🍌	Style up Pilates	Basic 🍌	Back & Arm 🍌	Reset Flow	Hip Punch	Hip & Leg 🍌				
mai.T	Shimo.M	mai.T	Komachi.K	Komachi.K	ayano.H	mai.T	ayano.H				
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				
Reset Flow	Back & Arm 🍌	Advance	Hip & Leg 🍌	Beauty Conditioning 🍌	Hip & Leg 🍌	Back & Arm 🍌	jump to burn				
ayano.H	ayano.H	Kanami	Komachi.K	Shimo.M	Komachi.K	Kanami	Shimo.M				
15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	close	close	close	close	close	15:00 ~ 16:00				
Waist 🍌	jump to burn						Advance				
mai.T	Shimo.M						Kanami				
16:30 ~ 17:30	close						16:30 ~ 17:30				
Hip & Leg 🍌							Back & Arm 🍌				
ayano.H							Kanami				
18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00									
Advance	Waist 🍌										
Kanami	Shimo.M	close	close	close	close	close	close				
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00							18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
Basic 🍌	Hip Punch							Pre Basic 🍌	Pilates Cardio	Advance	
Komachi.K	mai.T							mai.T	Rico	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
Beauty Conditioning 🍌	Reset Flow							Release&Strength	Style up Pilates	Hip & Leg 🍌	
Shimo.M	ayano.H							mai.T	mai.T	Komachi.K	
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00						
Hip & Leg 🍌	Back & Spine	Pilates Workout	Back & Arm 🍌	Basic 🍌							
Komachi.K	Kanami	Kanami	ayano.H	Komachi.K							

pilatesK 川崎店		【 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	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Back & Spine		Hip & Leg 🌿	Advance	Style up Pilates	Beauty Conditioning 🌿	Style up Pilates
Kanami		ayano.H	Kanami	mai.T	Shimo.M	mai.T
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00
Basic 🌿		Reset Flow	Hip Punch	Hip & Leg 🌿	Advance	Back & Spine
Komachi.K		ayano.H	mai.T	mai.T	Kanami	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
Release&Strength		Release&Strength	Hip & Leg 🌿	Back & Arm 🌿	Pilates Workout	Pilates Barre
Komachi.K		Komachi.K	Kanami	Komachi.K	Kanami	ayano.H
16:30 ~ 17:30		15:00 ~ 16:00				
Hip & Leg 🌿		Basic 🌿				
Kanami		Kanami				
close		16:30 ~ 17:30				
		Waist 🌿				
	ayano.H					
	18:00 ~ 19:00					
	Release&Strength					
	mai.T					
	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	
	Basic 🌿	Style up Pilates	Release&Strength	Back & Arm 🌿		
	Komachi.K	mai.T	Komachi.K	Shimo.M		
	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
Back & Arm 🌿	Pilates Cardio	Waist 🌿	Basic 🌿			
Shimo.M	ayano.H	ayano.H	Komachi.K			
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
Waist 🌿	Back & Arm 🌿	Pilates Barre	Release&Strength			
Shimo.M	ayano.H	ayano.H	Komachi.K			

 : 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。