

pilatesK 川崎店		【 10/01 ~ 10/08 】				スケジュール		2026/09/14 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			
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	close		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		
Pilates Cardio		Waist 🇯🇵		Basic 🇯🇵		Back & Spine				Hip Punch				jump to burn			
ayano.H		Shimo.M		mai.T		Kanami				mai.T				Shimo.M			
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	12:00 ~ 13:00			12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		
Reset Flow		Beauty Conditioning 🇯🇵		Back & Arm 🇯🇵		Pre Basic 🇯🇵				Pilates Cardio				Advance			
ayano.H		Shimo.M		Shimo.M		mai.T				Kanami				Rico			
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	14:00 ~ 15:00	13:30 ~ 14:30	14:00 ~ 15:00	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		
Hip Punch		Basic 🇯🇵		Back & Spine		Pilates Workout				Back & Spine		Beauty Conditioning 🇯🇵		Style up Pilates			
mai.T		ayano.H		Kanami		Kanami				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		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00				17:30 ~ 18:30		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00			
Pre Basic 🇯🇵		Pilates Barre								close		close		Back & Arm 🇯🇵		Hip & Leg 🇯🇵	
mai.T		ayano.H								Kanami		Kanami		Komachi.K		Komachi.K	
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30					19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
Hip & Leg 🇯🇵		Pilates Workout								close		close		jump to burn		Release&Strength	
Komachi.K		Kanami										Shimo.M		Komachi.K		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					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								close		close		Waist 🇯🇵		Pilates Cardio	
Komachi.K		Kanami										ayano.H		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 Shimo.M	Hip & Leg Komachi.K	Reset Flow ayano.H	Release&Strength Komachi.K	Waist Shimo.M	Pilates Barre ayano.H	Hip Punch mai.T	Pre Basic 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 Shimo.M	Waist Shimo.M	Advance Kanami	Back & Arm ayano.H	Back & Spine Kanami	Basic ayano.H	Back & Arm Komachi.K	Style up Pilates 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 ayano.H	Pilates Workout mai.T	Hip & Leg ayano.H	Beauty Conditioning Shimo.M	Advance Kanami	Pilates Workout Kanami	Basic Komachi.K	Beauty Conditioning Shimo.M
close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	15:00 ~ 16:00	close	close	close	close
	Beauty Conditioning Shimo.M	Pilates Barre Kanami	Basic Komachi.K				
	16:30 ~ 17:30	close	16:30 ~ 17:30				
	Style up Pilates mai.T		Waist Shimo.M				
	18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00				
	Basic Komachi.K		Pilates Cardio 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 ayano.H				Hip & Leg Komachi.K	Beauty Conditioning Shimo.M	jump to burn Shimo.M	Waist Shimo.M
19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
Pre Basic mai.T				Basic Komachi.K	Back & Arm Shimo.M	Pilates Cardio ayano.H	Basic 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 mai.T				Hip Punch mai.T	Reset Flow Kanami	Waist Shimo.M	Release&Strength 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						2026/09/14 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	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	Shimo.M	
close		Basic 🌱	Hip Punch	Pre Basic 🌱	Pilates Cardio	Advance	close	
		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		
		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		
		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。