pilatesK　川崎店　【　11/01　～　11/08　】　スケジュール

2026/10/28　更新

11/01	11/02	11/03	11/04	11/05	11/06	11/07	11/08
日	月	火	水	木	金	土	日
10:30 ～ 11:30 jump to burn Shimo.M	close	10:30 ～ 11:30 Hip＆Leg mai.T	10:30 ～ 11:30 Basic mai.T	10:30 ～ 11:30 Animal Stretch ayano.H	10:30 ～ 11:30 Advance Kanami	10:30 ～ 11:30 Basic Komachi.K	10:30 ～ 11:30 Pilates Cardio ayano.H
12:30 ～ 13:30 Pre Basic mai.T		12:00 ～ 13:00 jump to burn Shimo.M	12:00 ～ 13:00 Hip Punch mai.T	12:00 ～ 13:00 Waist ayano.H	12:00 ～ 13:00 Pre Basic mai.T	12:00 ～ 13:00 Hip Punch mai.T	12:30 ～ 13:30 Release&Strength Komachi.K
14:30 ～ 15:30 Waist Shimo.M		13:30 ～ 14:30 Basic Komachi.K	13:30 ～ 14:30 Back＆Arm Shimo.M	13:30 ～ 14:30 Style up Pilates mai.T	13:30 ～ 14:30 jump to burn Kanami	13:30 ～ 14:30 Back＆Spine Kanami	14:30 ～ 15:30 Animal Stretch ayano.H
16:30 ～ 17:30 Style up Pilates mai.T		15:00 ～ 16:00 Beauty Conditioning Shimo.M	close	close	close	15:00 ～ 16:00 Back＆Arm Komachi.K	16:30 ～ 17:30 Basic Komachi.K
close		16:30 ～ 17:30 Back＆Arm Komachi.K				16:30 ～ 17:30 Pilates Cardio Kanami	close
		18:00 ～ 19:00 Hip Punch mai.T				18:00 ～ 19:00 Style up Pilates mai.T	
		close	18:00 ～ 19:00 Beauty Conditioning Shimo.M	18:00 ～ 19:00 Release&Strength Komachi.K	18:00 ～ 19:00 Back＆Arm Shimo.M	close	
			19:30 ～ 20:30 Advance Kanami	19:30 ～ 20:30 Hip＆Leg Komachi.K	19:30 ～ 20:30 Basic ayano.H		
			21:00 ～ 22:00 Pilates Cardio Kanami	21:00 ～ 22:00 Basic Kanami	21:00 ～ 22:00 Waist ayano.H		

pilatesK　川崎店　【　11/09　～　11/16　】　スケジュール

11/09	11/10	11/11	11/12	11/13	11/14	11/15	11/16
月	火	水	木	金	土	日	月
10:30 ～ 11:30 jump to burn Kanami	10:30 ～ 11:30 Waist Kanami	10:30 ～ 11:30 Hip＆Leg Komachi.K	10:30 ～ 11:30 Style up Pilates mai.T	10:30 ～ 11:30 Basic Kanami	10:30 ～ 11:30 Back＆Arm Shimo.M	10:30 ～ 11:30 Basic ayano.H	10:30 ～ 11:30 Release&Strength Komachi.K
12:00 ～ 13:00 Basic ayano.H	12:00 ～ 13:00 Beauty Conditioning Shimo.M	12:00 ～ 13:00 Back＆Spine Kanami	12:00 ～ 13:00 Hip＆Leg Komachi.K	12:00 ～ 13:00 Release&Strength mai.T	12:00 ～ 13:00 Pilates Cardio ayano.H	12:30 ～ 13:30 Back＆Arm Shimo.M	12:00 ～ 13:00 Animal Stretch ayano.H
13:30 ～ 14:30 Waist ayano.H	13:30 ～ 14:30 Advance Kanami	13:30 ～ 14:30 Release&Strength Komachi.K	13:30 ～ 14:30 Back＆Arm Komachi.K	13:30 ～ 14:30 Pilates Cardio Kanami	13:30 ～ 14:30 Hip＆Leg Komachi.K	14:30 ～ 15:30 Pilates Cardio ayano.H	13:30 ～ 14:30 Basic Komachi.K
close	close	close	close	close	15:00 ～ 16:00 jump to burn Shimo.M	16:30 ～ 17:30 Beauty Conditioning Shimo.M	close
					16:30 ～ 17:30 Animal Stretch ayano.H	close	
					18:00 ～ 19:00 Basic Komachi.K		
18:00 ～ 19:00 Back＆Spine Kanami	18:00 ～ 19:00 Basic ayano.H	18:00 ～ 19:00 jump to burn Shimo.M	18:00 ～ 19:00 Pre Basic mai.T	18:00 ～ 19:00 Hip Punch mai.T	close		18:00 ～ 19:00 Pilates Cardio ayano.H
19:30 ～ 20:30 Release&Strength Komachi.K	19:30 ～ 20:30 Animal Stretch ayano.H	19:30 ～ 20:30 Style up Pilates mai.T	19:30 ～ 20:30 Waist Shimo.M	19:30 ～ 20:30 Back＆Arm Komachi.K			19:30 ～ 20:30 Pre Basic mai.T
21:00 ～ 22:00 Hip＆Leg Komachi.K	21:00 ～ 22:00 Back＆Arm Shimo.M	21:00 ～ 22:00 Basic ayano.H	21:00 ～ 22:00 Beauty Conditioning Shimo.M	21:00 ～ 22:00 Hip＆Leg Komachi.K			21:00 ～ 22:00 Hip Punch 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時間前を切っ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　川崎店　【　11/17　～　11/24　】　スケジュール

2026/10/28　更新

11/17	11/18	11/19	11/20	11/21	11/22	11/23	11/24
火	水	木	金	土	日	月	火
10:30 ～ 11:30 Pre Basic 🔰 mai.T	10:30 ～ 11:30 Beauty Conditioning 🔰 Shimo.M	10:30 ～ 11:30 Back＆Arm 🔰 Komachi.K	10:30 ～ 11:30 Hip＆Leg 🔰 Kanami	10:30 ～ 11:30 Style up Pilates mai.T	10:30 ～ 11:30 Back＆Spine Kanami	10:30 ～ 11:30 Animal Stretch ayano.H	10:30 ～ 11:30 Basic 🔰 Komachi.K
12:00 ～ 13:00 Hip Punch mai.T	12:00 ～ 13:00 Style up Pilates mai.T	12:00 ～ 13:00 Pilates Cardio ayano.H	12:00 ～ 13:00 Waist 🔰 Shimo.M	12:00 ～ 13:00 Hip＆Leg 🔰 ayano.H	12:30 ～ 13:30 jump to burn Shimo.M	12:00 ～ 13:00 Back＆Arm 🔰 Shimo.M	12:00 ～ 13:00 Hip＆Leg 🔰 ayano.H
13:30 ～ 14:30 Back＆Arm 🔰 Komachi.K	13:30 ～ 14:30 Hip Punch mai.T	13:30 ～ 14:30 Basic 🔰 ayano.H	13:30 ～ 14:30 jump to burn Shimo.M	13:30 ～ 14:30 Back＆Arm 🔰 Shimo.M	14:30 ～ 15:30 Advance	13:30 ～ 14:30 Pilates Cardio Kanami	13:30 ～ 14:30 Release&Strength Komachi.K
close	close	close	close	15:00 ～ 16:00 Pre Basic 🔰 mai.T 16:30 ～ 17:30 Pilates Cardio ayano.H 18:00 ～ 19:00 Waist 🔰 Shimo.M	16:30 ～ 17:30 Waist 🔰 Shimo.M	15:00 ～ 16:00 Hip＆Leg 🔰 ayano.H 16:30 ～ 17:30 Waist 🔰 Shimo.M 18:00 ～ 19:00 Advance Kanami	close
18:00 ～ 19:00 Waist 🔰 Shimo.M	18:00 ～ 19:00 Back＆Arm 🔰 Shimo.M	18:00 ～ 19:00 Release&Strength Komachi.K	18:00 ～ 19:00 Animal Stretch Rico	close	close	close	18:00 ～ 19:00 Style up Pilates mai.T
19:30 ～ 20:30 jump to burn Shimo.M	19:30 ～ 20:30 Back＆Spine Kanami	19:30 ～ 20:30 Hip＆Leg 🔰 mai.T	19:30 ～ 20:30 Basic 🔰 ayano.H				19:30 ～ 20:30 Waist 🔰 mai.T
21:00 ～ 22:00 Basic 🔰 Komachi.K	21:00 ～ 22:00 Pilates Cardio Kanami	21:00 ～ 22:00 Style up Pilates mai.T	21:00 ～ 22:00 Pilates Cardio ayano.H				21:00 ～ 22:00 Advance Kanami

pilatesK　川崎店　【　11/25　～　】　スケジュール

11/25	11/26	11/27	11/28	11/29	11/30
水	木	金	土	日	月
10:30 ～ 11:30 jump to burn Shimo.M	10:30 ～ 11:30 Waist 🔰 Shimo.M	10:30 ～ 11:30 Pilates Cardio Kanami	10:30 ～ 11:30 Hip Punch mai.T		
12:00 ～ 13:00 Basic 🔰 Komachi.K	12:00 ～ 13:00 Hip Punch Rico	12:00 ～ 13:00 Advance Kanami	12:00 ～ 13:00 Back＆Spine Kanami		
13:30 ～ 14:30 Back＆Spine Kanami	13:30 ～ 14:30 Beauty Conditioning 🔰 Shimo.M	13:30 ～ 14:30 Animal Stretch ayano.H	13:30 ～ 14:30 Pilates Cardio Kanami		
close	close	close	15:00 ～ 16:00 Basic 🔰 Komachi.K 16:30 ～ 17:30 Release&Strength Komachi.K 18:00 ～ 19:00 Style up Pilates mai.T	close	close
18:00 ～ 19:00 Animal Stretch ayano.H	18:00 ～ 19:00 Pre Basic 🔰 mai.T	18:00 ～ 19:00 Waist 🔰 ayano.H	close		
19:30 ～ 20:30 Hip Punch mai.T	19:30 ～ 20:30 Back＆Arm 🔰 Komachi.K	19:30 ～ 20:30 Beauty Conditioning 🔰 Shimo.M			
21:00 ～ 22:00 Waist 🔰 ayano.H	21:00 ～ 22:00 Release&Strength Komachi.K	21:00 ～ 22:00 jump to burn Shimo.M			

🔰：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。