

pilatesK高崎店 2月1日～2月8日スケジュール

2025年1月15日更新

02/01	02/02	02/03	02/04	02/05	02/06	02/07	02/08	
土	日	月	火	水	木	金	土	
10:30~11:30 Basic misaki.N	10:30~11:30 Hip&Leg Mone.N	close	10:30~11:30 Stretch & Conditioning Lio.H	10:30~11:30 Waist misaki.N		10:30~11:30 Basic misaki.N	10:30~11:30 Pilates Barre miyu	
12:00~13:00 Waist Mone.N	12:00~13:00 Jump to Burn Lio.H		12:30~13:30 Basic misaki.N	12:30~13:30 Back&Arm Lio.H		12:30~13:30 Shape up Waist miyu	12:00~13:00 Jump to Burn Lio.H	
13:30~14:30 Release&Strength miyu	13:30~14:30 Waist misaki.N						13:30~14:30 Basic misaki.N	
15:00~16:00 Basic misaki.N	15:00~16:00 Pilates Barre miyu						15:00~16:00 Stretch & Conditioning miyu	
17:30~18:30 Shape up Waist miyu							17:30~18:30 Waist misaki.N	
				18:00~19:00 Hip&Leg Mone.N	18:00~19:00 Basic Mone.N	18:00~19:00 Stretch & Conditioning Lio.H	18:00~19:00 Waist Mone.N	
				19:30~20:30 Basic misaki.N	19:30~20:30 Jump to Burn Lio.H	19:30~20:30 Hip&Leg Mone.N	19:30~20:30 Back&Arm Lio.H	
			21:00~22:00 Waist Mone.N	21:00~22:00 Hip&Leg Mone.N	21:00~22:00 Back&Arm Lio.H	21:00~22:00 Basic Mone.N		

pilatesK高崎店【2月9日～2月16日スケジュール】

02/09	02/10	02/11	02/12	02/13	02/14	02/15	02/16
日	月	火	水	木	金	土	日
10:30~11:30 Waist misaki.N	close	10:30~11:30 Basic misaki.N	10:30~11:30 Jump to Burn Lio.H		10:30~11:30 Release&Strength miyu	10:30~11:30 Basic misaki.N	10:30~11:30 Back&Arm Lio.H
12:00~13:00 Back&Arm Lio.H		12:30~13:30 Pilates Barre miyu	12:30~13:30 Hip&Leg Mone.N		12:30~13:30 Basic Mone.N	12:00~13:00 Release&Strength miyu	12:00~13:00 Pilates Barre miyu
13:30~14:30 Hip&Leg Mone.N						13:30~14:30 Waist Mone.N	13:30~14:30 Basic Lio.H
15:00~16:00 Basic Lio.H						15:00~16:00 Pilates Barre miyu	15:00~16:00 Release&Strength miyu
							17:30~18:30 Basic misaki.N
			18:00~19:00 Basic Mone.N	18:00~19:00 Back&Arm miyu	18:00~19:00 Pilates Barre miyu	18:00~19:00 Jump to Burn Lio.H	
			19:30~20:30 Release&Strength miyu	19:30~20:30 Basic misaki.N	19:30~20:30 Waist miyu	19:30~20:30 Basic misaki.N	
			21:00~22:00 Hip&Leg Mone.N	21:00~22:00 Release&Strength miyu	21:00~22:00 Basic Mone.N	21:00~22:00 Stretch & Conditioning Lio.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4回に制限されます。

pilatesK高崎店【2月17日～2月24日スケジュール】

2025年1月15日更新

02/17	02/18	02/19	02/20	02/21	02/22	02/23	02/24
月	火	水	木	金	土	日	月
close	10:30～11:30 Hip&Leg Mone.N	10:30～11:30 Waist Mone.N		10:30～11:30 Pilates Barre miyu	10:30～11:30 Shape up Waist miyu	10:30～11:30 Hip&Leg Mone.N	
	12:30～13:30 Back&Arm Lio.H	12:30～13:30 Release&Strength miyu		12:30～13:30 Hip&Leg Mone.N	12:00～13:00 Back&Arm Lio.H	12:00～13:00 Basic Lio.H	
					13:30～14:30 Stretch & Conditioning miyu	13:30～14:30 Waist Mone.N	
					15:00～16:00 Basic Lio.H	15:00～16:00 Back&Arm Lio.H	
					17:30～18:30 Pilates Barre miyu		
	18:00～19:00 Shape up Waist miyu	18:00～19:00 Stretch & Conditioning Lio.H	18:00～19:00 Waist miyu	18:00～19:00 Basic Lio.H			
	19:30～20:30 Basic Lio.H	19:30～20:30 Shape up Waist miyu	19:30～20:30 Hip&Leg Mone.N	19:30～20:30 Waist Mone.N			
	21:00～22:00 Pilates Barre miyu	21:00～22:00 Basic Lio.H	21:00～22:00 Release&Strength miyu	21:00～22:00 Jump to Burn Lio.H			

pilatesK高崎店【2月25日～2月28日スケジュール】

02/25	02/26	02/27	02/28
火	水	木	金
10:30～11:30 Waist Mone.N	10:30～11:30 Back&Arm Lio.H		10:30～11:30 Stretch & Conditioning Lio.H
12:30～13:30 Hip&Leg Mone.N	12:30～13:30 Jump to Burn Lio.H		12:30～13:30 Basic Lio.H
18:00～19:00 Basic Mone.N	18:00～19:00 Waist Mone.N	18:00～19:00 Hip&Leg Mone.N	18:00～19:00 Back&Arm miyu
19:30～20:30 Jump to Burn Lio.H	19:30～20:30 Stretch & Conditioning Lio.H	19:30～20:30 Back&Arm Lio.H	19:30～20:30 Waist Mone.N
21:00～22:00 Back&Arm Lio.H	21:00～22:00 Hip&Leg Mone.N	21:00～22:00 Basic Mone.N	21:00～22:00 Release&Strength miyu

：体験可能レッスン
 今月も一緒にピラティスを楽しみましょう！
 STUDIO INFO
 専用ダイヤル：0570-050-055
 受付時間：9:00-18:00
 ※上記受付時間外はお電話でのご予約は承っておりません。インターネットからのご予約をご利用下さい（24時間受付）