

pilatesK高崎店【4月1日～4月8日スケジュール】

2025年3月15日更新

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

pilatesK高崎店【4月9日～4月16日スケジュール】

04/09	04/10	04/11	04/12	04/13	04/14	04/15	04/16
水	木	金	土	日	月	火	水
10:30~11:30 Waist Mone.N		10:30~11:30 Basic yuuka.S	10:30~11:30 Waist Mone.N	10:30~11:30 Jump to Burn Lio.H	close	10:30~11:30 Basic yuuka.S	10:30~11:30 Back&Arm Lio.H
12:30~13:30 Jump to Burn Lio.H		12:30~13:30 Back&Arm miyu	12:00~13:00 Back&Arm Lio.H	12:00~13:00 Waist Mone.N		12:30~13:30 Stretch & Conditioning Lio.H	12:30~13:30 Basic yuuka.S
			13:30~14:30 Body Balance miyu	13:30~14:30 Stretch & Conditioning Lio.H			
			15:00~16:00 Hip&Leg Mone.N	15:00~16:00 Basic yuuka.S			
			17:30~18:30 Basic miyu				
18:00~19:00 Hip&Leg miyu	18:00~19:00 Basic yuuka.S	18:00~19:00 Shape up Waist miyu				18:00~19:00 Release&Strength miyu	18:00~19:00 Stretch & Conditioning Lio.H
19:30~20:30 Basic yuuka.S	19:30~20:30 Pilates Barre miyu	19:30~20:30 Waist Mone.N				19:30~20:30 Jump to Burn Lio.H	19:30~20:30 Basic yuuka.S
21:00~22:00 Body Balance miyu	21:00~22:00 Basic yuuka.S	21:00~22:00 Hip&Leg Mone.N				21:00~22:00 Hip&Leg miyu	21:00~22:00 Waist miyu

- 👉: 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高崎店【4月17日～24日スケジュール】

2025年3月15日更新

04/17	04/18	04/19	04/20	04/21	04/22	04/23	04/24
木	金	土	日	月	火	水	木
	10:30~11:30 Body Balance miyu	10:30~11:30 Stretch & Conditioning Lio.H	10:30~11:30 Basic yuuka.S	close	10:30~11:30 Back&Arm Lio.H	10:30~11:30 Waist miyu	
	12:30~13:30 Hip&Leg miyu	12:00~13:00 Shape up Waist miyu	12:00~13:00 Back&Arm Lio.H		12:30~13:30 Shape up Waist miyu	12:30~13:30 Basic yuuka.S	
		13:30~14:30 Basic Lio.H	13:30~14:30 Basic yuuka.S				
		15:00~16:00 Release&Strength miyu	15:00~16:00 Jump to Burn Lio.H				
		17:30~18:30 Back&Arm Lio.H					
18:00~19:00 Basic yuuka.S	18:00~19:00 Back&Arm Lio.H				18:00~19:00 Basic yuuka.S	18:00~19:00 Jump to Burn Lio.H	18:00~19:00 Pilates Barre miyu
19:30~20:30 Hip&Leg miyu	19:30~20:30 Basic yuuka.S				19:30~20:30 Body Balance miyu	19:30~20:30 Basic yuuka.S	19:30~20:30 Basic yuuka.S
21:00~22:00 Basic yuuka.S	21:00~22:00 Jump to Burn Lio.H				21:00~22:00 Basic yuuka.S	21:00~22:00 Back&Arm Lio.H	21:00~22:00 Release&Strength miyu

pilatesK高崎店【4月25日～4月30日スケジュール】

04/25	04/26	04/27	04/28	04/29	04/30
金	土	日	月	火	水
10:30~11:30 Basic yuuka.S	10:30~11:30 Back&Arm Lio.H	10:30~11:30 Basic yuuka.S	close	10:30~11:30 Stretch & Conditioning miyu	10:30~11:30 Basic Lio.H
12:30~13:30 Back&Arm Lio.H	12:00~13:00 Basic yuuka.S	12:00~13:00 Hip&Leg miyu		12:00~13:00 Basic yuuka.S	12:30~13:30 Back&Arm yuuka.S
	13:30~14:30 Stretch & Conditioning Lio.H	13:30~14:30 Basic yuuka.S		13:30~14:30 Back&Arm miyu	
	15:00~16:00 Basic yuuka.S	15:00~16:00 Waist miyu		15:00~16:00 Basic yuuka.S	
	17:30~18:30 Jump to Burn Lio.H			17:30~18:30 Shape up Waist miyu	
18:00~19:00 Waist miyu					18:00~19:00 Waist miyu
19:30~20:30 Stretch & Conditioning Lio.H					19:30~20:30 Pilates Barre miyu
21:00~22:00 Hip&Leg miyu					21:00~22:00 Basic yuuka.S

👉 : 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）