

pilatesK 高崎店 【 12/01 ~ 12/08 】 スケジュール

2025/11/29 更新

12/01	12/02	12/03	12/04	12/05	12/06	12/07	12/08	
月	火	水	木	金	土	日	月	
close	close	10:30 ~ 11:30 jump to burn Satsuki.I	close	10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning Sakura.s	10:30 ~ 11:30 Basic Satsuki.I	10:30 ~ 11:30 Waist spXmas Hitomi.a	10:30 ~ 11:30 Basic Hitomi.a	
		12:30 ~ 13:30 Waist spXmas misaki.N		12:00 ~ 13:00 Basic Satsuki.I	12:00 ~ 13:00 Back & Arm Sakura.s	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg Ayano.m	12:30 ~ 13:30 Stretch & Conditioning maya.k	
		18:00 ~ 19:00 Basic Hitomi.a		18:00 ~ 19:00 Waist spXmas Hitomi.a	18:00 ~ 19:00 Leg Lines misaki.N	close	18:00 ~ 19:00 Back & Arm Sakura.s	
		19:30 ~ 20:30 Pilates Cardio misaki.N		19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Sakura.s	19:30 ~ 20:30 Waist spXmas Satsuki.I		19:30 ~ 20:30 Leg Lines misaki.N	
		21:00 ~ 22:00 Back & Arm Hitomi.a		21:00 ~ 22:00 Basic Hitomi.a	21:00 ~ 22:00 Shape up waist misaki.N		21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Sakura.s	
							17:30 ~ 18:30 Release & Strength Satsuki.I	
							15:00 ~ 16:00 Hip & Leg Sakura.s	16:30 ~ 17:30 Pilates Workout Ayano.m

pilatesK 高崎店 【 12/09 ~ 12/16 】 スケジュール

12/09	12/10	12/11	12/12	12/13	12/14	12/15	12/16
火	水	木	金	土	日	月	火
10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Satsuki.I	10:30 ~ 11:30 Leg Lines misaki.N	close	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre misaki.N	10:30 ~ 11:30 Release & Strength Satsuki.I	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Sakura.s	close	10:30 ~ 11:30 Waist spXmas Hitomi.a
12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning Sakura.s	12:30 ~ 13:30 Basic Hitomi.a		12:00 ~ 13:00 Waist spXmas Satsuki.I	12:00 ~ 13:00 Leg Lines misaki.N	12:30 ~ 13:30 Waist spXmas Hitomi.a		12:00 ~ 13:00 jump to burn Satsuki.I
13:30 ~ 14:30 Basic Satsuki.I			13:30 ~ 14:30 Shape up waist misaki.N	13:30 ~ 14:30 Basic Satsuki.I	14:30 ~ 15:30 Hip & Leg Sakura.s		13:30 ~ 14:30 Back & Arm Hitomi.a
				15:00 ~ 16:00 Shape up waist misaki.N	16:30 ~ 17:30 Basic Hitomi.a		
				17:30 ~ 18:30 Waist spXmas misaki.N			
18:00 ~ 19:00 Basic Hitomi.a	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Satsuki.I		18:00 ~ 19:00 Back & Arm Sakura.s	18:00 ~ 19:00 Basic Hitomi.a	close		18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Sakura.s
19:30 ~ 20:30 Back & Arm Sakura.s	19:30 ~ 20:30 Body Balance misaki.N		19:30 ~ 20:30 Basic Hiyori.T	19:30 ~ 20:30 Pilates Cardio misaki.N			19:30 ~ 20:30 Basic Satsuki.I
21:00 ~ 22:00 Waist spXmas Hitomi.a	21:00 ~ 22:00 Back & Arm Sakura.s		21:00 ~ 22:00 jump to burn Satsuki.I	21:00 ~ 22:00 Back & Arm Hitomi.a			21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning Sakura.s

・体験可能レッスン
 ・クラスの定員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週間前までお問い合わせしております。
 ・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

【 12/17 ~ 12/24 】 スケジュール

2025/11/23 更新

12/17	12/18	12/19	12/20	12/21	12/22	12/23	12/24
水	木	金	土	日	月	火	水
10:30 ~ 11:30 Basic Hitomi.a	close	10:30 ~ 11:30 Waist spXmas Hitomi.a	10:30 ~ 11:30 Basic Satsuki.I	10:30 ~ 11:30 Hip&Leg Sakura.s	close	10:30 ~ 11:30 Basic Satsuki.I	10:30 ~ 11:30 Waist spXmas Hitomi.a
12:30 ~ 13:30 Hip&Leg Sakura.s		12:00 ~ 13:00 Stretch&Conditioning Sakura.s	12:00 ~ 13:00 Hip&Leg Sakura.s	12:30 ~ 13:30 Basic Satsuki.I		12:00 ~ 13:00 Back&Arm Hitomi.a	12:30 ~ 13:30 Release&Strength Satsuki.I
		13:30 ~ 14:30 Basic Hitomi.a	13:30 ~ 14:30 jump to burn Satsuki.I	14:30 ~ 15:30 Back&Arm Sakura.s		13:30 ~ 14:30 Waist spXmas Satsuki.I	
			15:00 ~ 16:00 Back&Arm Sakura.s	16:30 ~ 17:30 Waist spXmas Satsuki.I			
			17:30 ~ 18:30 Pilates Workout Ayano.m				
18:00 ~ 19:00 Pilates Workout Ayano.m		18:00 ~ 19:00 Release&Strength Satsuki.I	18:00 ~ 19:00 Shape up waist misaki.N	close		18:00 ~ 19:00 Stretch&Conditioning Sakura.s	18:00 ~ 19:00 Body Balance misaki.N
19:30 ~ 20:30 Waist spXmas Hitomi.a		19:30 ~ 20:30 Basic Hitomi.a	19:30 ~ 20:30 Back&Arm Sakura.s			19:30 ~ 20:30 Basic Hiyori.T	19:30 ~ 20:30 Hip&Leg Sakura.s
21:00 ~ 22:00 Back&Arm Ayano.m		21:00 ~ 22:00 Waist spXmas Satsuki.I	21:00 ~ 22:00 Pilates Barre yuuka.s			21:00 ~ 22:00 Hip&Leg Sakura.s	21:00 ~ 22:00 Pilates Cardio misaki.N

pilatesK 高崎店

【 12/25 ~ 12/31 】 スケジュール

12/25	12/26	12/27	12/28	12/29	12/30	12/31
木	金	土	日	月	火	水
close	10:30 ~ 11:30 Release&Strength Satsuki.I	10:30 ~ 11:30 Hip&Leg Ayano.m	10:30 ~ 11:30 Waist Hitomi.a	close	close	close
	12:00 ~ 13:00 Basic Hitomi.a	12:00 ~ 13:00 Body Balance Satsuki.I	12:30 ~ 13:30 Pilates Barre Sakura.s			
	13:30 ~ 14:30 Hip&Leg Satsuki.I	13:30 ~ 14:30 Pilates Workout Ayano.m	14:30 ~ 15:30 Basic Hitomi.a			
		15:00 ~ 16:00 Basic Satsuki.I	16:30 ~ 17:30 Shape up waist misaki.N			
		17:30 ~ 18:30 Back&Arm Ayano.m				
	18:00 ~ 19:00 Waist spXmas Hitomi.a	18:00 ~ 19:00 Back&Arm Hitomi.a	close			
	19:30 ~ 20:30 Body Balance Satsuki.I	19:30 ~ 20:30 Basic Hiyori.T				
	21:00 ~ 22:00 Basic Hitomi.a	21:00 ~ 22:00 Waist Hitomi.a				

：休職可能レッスン
 ・クラスの個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サイトまでご確認ください。
 ・ご予約されたレッスンをキャンセルされる場合は、1週間前までにお願しております。
 ・レッスンの開始時間1時間前までのごキャンセルは前日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。