

pilates K 高崎店		【 06/01 ~ 06/08 】		スケジュール		2025/05/14 更新	
06/01	06/02	06/03	06/04	06/05	06/06	06/07	06/08
日	月	火	水	木	金	土	日
10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 Hiyori.T	close	10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 Hiyori.T	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg 🍃 Satsuki.I		10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 Hiyori.T	10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning 🍃 Lio.H	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg 🍃 Satsuki.I
12:30 ~ 13:30 Waist 🍃 miyu		12:00 ~ 13:00 Basic 🍃 Hiyori.T	12:30 ~ 13:30 Back & Arm 🍃 yuuka.s		12:00 ~ 13:00 Pilates Barre miyu	12:00 ~ 13:00 Basic 🍃 Hiyori.T	12:30 ~ 13:30 Basic 🍃 Hiyori.T
14:30 ~ 15:30 Back & Arm 🍃 yuuka.s		13:30 ~ 14:30 Hip & Leg 🍃 miyu			13:30 ~ 14:30 Basic 🍃 Hiyori.T	13:30 ~ 14:30 Back & Arm 🍃 yuuka.s	14:30 ~ 15:30 Shape up waist miyu
16:30 ~ 17:30 Hip & Leg 🍃 Satsuki.I						15:00 ~ 16:00 jump to burn Lio.H	16:30 ~ 17:30 Basic 🍃 Hiyori.T
						17:30 ~ 18:30 Basic 🍃 yuuka.s	
		18:00 ~ 19:00 Back & Arm 🍃 yuuka.s	18:00 ~ 19:00 Back & Arm 🍃 Lio.H	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg 🍃 Satsuki.I	18:00 ~ 19:00 Basic 🍃 Satsuki.I		
		19:30 ~ 20:30 Pilates Workout miyu	19:30 ~ 20:30 Basic 🍃 Hiyori.T	19:30 ~ 20:30 jump to burn Lio.H	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg 🍃 Satsuki.I		
		21:00 ~ 22:00 Basic 🍃 yuuka.s	21:00 ~ 22:00 jump to burn Lio.H	21:00 ~ 22:00 Back & Arm 🍃 yuuka.s	21:00 ~ 22:00 Waist 🍃 miyu		

pilates K 高崎店		【 06/09 ~ 06/16 】		スケジュール		2025/05/14 更新	
06/09	06/10	06/11	06/12	06/13	06/14	06/15	06/16
月	火	水	木	金	土	日	月
close	10:30 ~ 11:30 Body Balance miyu	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg 🍃 Satsuki.I		10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning 🍃 miyu	10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 Satsuki.I	10:30 ~ 11:30 Back & Arm 🍃 yuuka.s	close
	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg 🍃 Satsuki.I	12:30 ~ 13:30 Basic 🍃 Hiyori.T		12:00 ~ 13:00 Back & Arm 🍃 yuuka.s	12:00 ~ 13:00 Waist 🍃 miyu	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg 🍃 Satsuki.I	
	13:30 ~ 14:30 Release&Strength miyu			13:30 ~ 14:30 Waist 🍃 miyu	13:30 ~ 14:30 Basic 🍃 Hiyori.T	14:30 ~ 15:30 Back & Arm 🍃 yuuka.s	
					15:00 ~ 16:00 Hip & Leg 🍃 Satsuki.I	16:30 ~ 17:30 Basic 🍃 Satsuki.I	
					17:30 ~ 18:30 Pilates Barre miyu		
	18:00 ~ 19:00 Basic 🍃 Hiyori.T	18:00 ~ 19:00 Back & Arm 🍃 yuuka.s	18:00 ~ 19:00 Waist 🍃 miyu	18:00 ~ 19:00 Back & Arm 🍃 yuuka.s			
	19:30 ~ 20:30 Back & Arm 🍃 yuuka.s	19:30 ~ 20:30 Basic 🍃 Hiyori.T	19:30 ~ 20:30 Back & Arm 🍃 yuuka.s	19:30 ~ 20:30 Basic 🍃 Hiyori.T			
	21:00 ~ 22:00 Basic 🍃 Hiyori.T	21:00 ~ 22:00 Back & Arm 🍃 yuuka.s	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg 🍃 Satsuki.I	21:00 ~ 22:00 Basic 🍃 Hiyori.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時間前を切った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。

pilates K 高崎店		【 06/17 ~ 06/24 】		スケジュール		2025/05/14 更新	
06/17	06/18	06/19	06/20	06/21	06/22	06/23	06/24
火	水	木	金	土	日	月	火
10:30 ~ 11:30 Waist 🍃 miyu	10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning 🍃 miyu		10:30 ~ 11:30 Hip & Leg 🍃 Satsuki.I	10:30 ~ 11:30 Back & Arm 🍃 yuuka.s	10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 Satsuki.I	close	10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 Hiyori.T
12:00 ~ 13:00 Back & Arm 🍃 yuuka.s	12:30 ~ 13:00 Hip & Leg 🍃 Satsuki.I		12:00 ~ 13:00 Basic 🍃 Hiyori.T	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg 🍃 Satsuki.I	12:30 ~ 13:30 Basic 🍃 yuuka.s		12:00 ~ 13:00 Waist 🍃 miyu
13:30 ~ 14:30 Pilates Barre miyu			13:30 ~ 14:30 Hip & Leg 🍃 Satsuki.I	13:30 ~ 14:30 Pilates Workout miyu	14:30 ~ 15:30 Hip & Leg 🍃 Satsuki.I		13:30 ~ 14:30 Basic 🍃 Hiyori.T
				15:00 ~ 16:00 Basic 🍃 Satsuki.I	16:30 ~ 17:30 Back & Arm 🍃 yuuka.s		
				17:30 ~ 18:30 Release & Strength miyu			
18:00 ~ 19:00 Basic 🍃 Hiyori.T	18:00 ~ 19:00 Shape up waist miyu	18:00 ~ 19:00 Basic 🍃 Hiyori.T	18:00 ~ 19:00 Back & Arm 🍃 yuuka.s				18:00 ~ 19:00 Back & Arm 🍃 yuuka.s
19:30 ~ 20:30 Back & Arm 🍃 yuuka.s	19:30 ~ 20:30 Basic 🍃 Hiyori.T	19:30 ~ 20:30 Back & Arm 🍃 yuuka.s	19:30 ~ 20:30 Basic 🍃 Hiyori.T				19:30 ~ 20:30 Pilates Barre miyu
21:00 ~ 22:00 Basic 🍃 Hiyori.T	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg 🍃 Satsuki.I	21:00 ~ 22:00 Basic 🍃 Hiyori.T	21:00 ~ 22:00 Back & Arm 🍃 yuuka.s				21:00 ~ 22:00 Basic 🍃 yuuka.s

pilates K 高崎店		【 06/25 ~ 06/30 】		スケジュール		2025/05/14 更新	
06/25	06/26	06/27	06/28	06/29	06/30		
水	木	金	土	日	月		
10:30 ~ 11:30 Back & Arm 🍃 yuuka.s		10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 Hiyori.T	10:30 ~ 11:30 Back & Arm 🍃 yuuka.s	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg 🍃 Satsuki.I	close		
12:30 ~ 13:30 Basic 🍃 Hiyori.T		12:00 ~ 13:00 Hip & Leg 🍃 Satsuki.I	12:00 ~ 13:00 Basic 🍃 Hiyori.T	12:30 ~ 13:30 Back & Arm 🍃 yuuka.s			
		13:30 ~ 14:30 Basic 🍃 Hiyori.T	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg 🍃 Satsuki.I	14:30 ~ 15:30 Basic 🍃 Satsuki.I			
			15:00 ~ 16:00 Basic 🍃 yuuka.s	16:30 ~ 17:30 Shape up waist miyu			
			17:30 ~ 18:30 Hip & Leg 🍃 Satsuki.I				
18:00 ~ 19:00 Body Balance miyu	18:00 ~ 19:00 Basic 🍃 Satsuki.I	18:00 ~ 19:00 Stretch & Conditioning 🍃 miyu					
19:30 ~ 20:30 Hip & Leg 🍃 Satsuki.I	19:30 ~ 20:30 Back & Arm 🍃 miyu	19:30 ~ 20:30 Basic 🍃 Satsuki.I					
21:00 ~ 22:00 Waist 🍃 miyu	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg 🍃 Satsuki.I	21:00 ~ 22:00 Pilates Workout 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。