

スケジュール

2025/11/25

Page 10

12/01 月	12/02 火	12/03 水	12/04 木	12/05 金	12/06 土	12/07 日	12/08 月
close	close	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
		Basic		Hip&Leg	Pilates Barre	Back&Arm	Waist spXmas
		yukino.m		Ayano.m	yukino.m	yukino.m	misaki.N
		12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 13:00
		Hip&Leg		Basic	Basic	Waist spXmas	Hip&Leg
		Ayano.m		maya.k	Hiyori.T	misaki.N	Ayano.m
		close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	close
				Back&Arm	Stretch&Conditioning	Basic	
				Ayano.m	maya.k	yukino.m	
				close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	
					Hip&Leg	Shape up waist	
					yukino.m	misaki.N	
		17:30 ~ 18:30		close	close		
		Back&Arm					
maya.k							
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00					
Basic	Back&Arm	Stretch&Conditioning					
Hiyori.T	maya.k	maya.k					
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	close	close			
Pilates Barre	Basic	Back&Arm					
yukino.m	yuuka.s	maya.k					
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00					
Back&Arm	Stretch&Conditioning	Basic					
yukino.m	maya.k	Hiyori.T					

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	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30
Basic	Stretch & Conditioning		Back & Arm	Basic	Hip & Leg		Basic
Hiyori.T	maya.k		Ayano.m	Hiyori.T	Ayano.m		Hiyori.T
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00
Back & Arm	Pilates Barre		Basic	Back & Arm	Basic		Back & Arm
maya.k	yukino.m		Hiyori.T	maya.k	yukino.m		maya.k
13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30
Basic			Hip & Leg	Basic	Pilates Barre		Stretch & Conditioning
Hiyori.T			Ayano.m	Hiyori.T	yukino.m		maya.k
close			close	close	15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30
		Stretch & Conditioning			Back & Arm		
	maya.k	Ayano.m					
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	close	18:00 ~ 19:00	
Basic	Back & Arm	Basic	Hip & Leg			Basic	
Hiyori.T	Ayano.m	Hiyori.T	Ayano.m			Hiyori.T	
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30	
Stretch & Conditioning	Hip & Leg	Back & Arm	Basic			Back & Arm	
maya.k	Ayano.m	Ayano.m	maya.k	close	close	maya.k	
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00	
Back & Arm	Basic	Hip & Leg	Stretch & Conditioning	close	close	Basic	
maya.k	Hiyori.T	Ayano.m	maya.k			Hiyori.T	

・体験可能レッスン

・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。

・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
・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 前橋モール		【 12/17 ~ 12/24 】			スケジュール		2025/11/25 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	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
Back&Arm		Basic	Shape up waist	Basic		Waist	Basic	
maya.k		Hiyori.T	Ayano.m	yukino.m		maya.k	Hiyori.T	
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	
Stretch&Conditioning		Back&Arm	Stretch&Conditioning	Shape up waist		Basic	Hip&Leg	
maya.k		yukino.m	maya.k	Ayano.m		Hiyori.T	Ayano.m	
close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close	close
		Pilates Barre	Basic	Back&Arm		Back&Arm		
		yukino.m	yukino.m	yukino.m		maya.k		
		close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close		
			Back&Arm	Basic				
			maya.k	Hiyori.T				
			17:30 ~ 18:30					
		Hip&Leg						
		yukino.m						
		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		close		
Basic	Hip&Leg	Back&Arm	Pilates Barre	Shape up waist				
Hiyori.T	yukino.m	Ayano.m	yukino.m	Ayano.m				
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				
Hip&Leg	Pilates Barre	Hip&Leg	Basic	Basic				
yukino.m	yukino.m	Ayano.m	maya.k	yukino.m				
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				
Pilates Barre	Stretch&Conditioning	Basic	Hip&Leg	Waist				
yukino.m	maya.k	Hiyori.T	yukino.m	maya.k				

pilatesK 前橋モール		【 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	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	close	close
	Back&Arm	Pilates Barre	Shape up waist			
	yukino.m	misaki.N	Ayano.m			
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30			
	Stretch&Conditioning	Hip&Leg	Basic			
	maya.k	yukino.m	Hiyori.T			
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30			
	Waist	Stretch&Conditioning	Hip&Leg			
	maya.k	maya.k	Ayano.m			
	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30			
		Waist	Back&Arm			
		misaki.N	maya.k			
		17:30 ~ 18:30				
		Basic				
	yukino.m					
	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close			
Back&Arm	Pilates Barre					
maya.k	yukino.m					
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30					
Shape up waist	Basic					
Ayano.m	Hiyori.T					
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00					
Basic	Hip&Leg					
maya.k	yukino.m					

・体験可能レッスン
・クラスの曜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週間前迄にお願ひしております。
・レッスン開始時間1時間前迄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。