

## スケジュール

2025/12/25

更新

pilatesX 前橋モデル						2025/12/25 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	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	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	close		
		Back&Arm						
		maya.k						
		18:00 ~ 19:00					18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
Basic	Back&Arm	Stretch&Conditioning						
Hiyori.T	Ayano.m	maya.k						
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	close	close	close			
Pilates Barre	Basic	Back&Arm						
yukino.m	maya.k	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

1.

---

12/09 火	12/10 水	12/11 木	12/12 金	12/13 土	12/14 日	12/15 月	12/16 火		
10:30 ~ 11:30 Basic Hiyori.T	10:30 ~ 11:30 Stretch&Conditioning maya.k	close	10:30 ~ 11:30 Back&Arm Ayano.m	10:30 ~ 11:30 Basic Hiyori.T	10:30 ~ 11:30 Hip&Leg Ayano.m	close	10:30 ~ 11:30 Basic Hiyori.T		
12:00 ~ 13:00 Back&Arm maya.k	12:30 ~ 13:30 Pilates Barre yukino.m		12:00 ~ 13:00 Basic Hiyori.T	12:00 ~ 13:00 Back&Arm maya.k	12:30 ~ 13:30 Basic yukino.m		12:00 ~ 13:00 Back&Arm maya.k		
13:30 ~ 14:30 Basic Hiyori.T	close		13:30 ~ 14:30 Pilates Workout Ayano.m	13:30 ~ 14:30 Basic Hiyori.T	14:30 ~ 15:30 Pilates Barre yukino.m		13:30 ~ 14:30 Stretch&Conditioning maya.k		
close			close	close	15:00 ~ 16:00 Stretch&Conditioning maya.k		16:30 ~ 17:30 Back&Arm Ayano.m	close	
					17:30 ~ 18:30 Basic Hiyori.T		close		
					close				close
18:00 ~ 19:00 Basic Hiyori.T	18:00 ~ 19:00 Back&Arm Ayano.m		18:00 ~ 19:00 Basic Hiyori.T	18:00 ~ 19:00 Basic Hiyori.T					
19:30 ~ 20:30 Stretch&Conditioning maya.k	19:30 ~ 20:30 Hip&Leg Ayano.m		19:30 ~ 20:30 Back&Arm Ayano.m	19:30 ~ 20:30 Basic maya.k	close		close	19:30 ~ 20:30 Back&Arm maya.k	
21:00 ~ 22:00 Back&Arm maya.k	21:00 ~ 22:00 Basic Hiyori.T		21:00 ~ 22:00 Hip&Leg Ayano.m	21:00 ~ 22:00 Stretch&Conditioning maya.k				close	close

・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時間前を切つて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。

pilatesK 前橋モール		【 12/17 ~ 12/24 】			スケジュール		2025/12/25 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	close	close	18:00 ~ 19:00
Basic		Hip&Leg	Pilates Workout	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	Back&Arm	Back&Arm			
	maya.k	yukino.m	maya.k			
	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30			
		Waist	Pilates Workout			
		misaki.N	Ayano.m			
		17:30 ~ 18:30				
	Basic					
	Hiyori.T					
	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					
Pilates Workout	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。