



pilates

pilates K 高崎店 Lesson Schedule

更新日2024/6/15

2024/7/1~2024/7/15

Let's have fun with all pilates lovers♡

	7月1日(月)	7月2日(火)	7月3日(水)	7月4日(木)	7月5日(金)	7月6日(土)	7月7日(日)	7月8日(月)	
10:30	close							close	
		10:30~11:30 Stretch&Conditioning ♪ miyu	10:30~11:30 Basic ♪ mizuki.K			10:30~11:30 Waist ♪ Nanami.N	10:30~11:30 Stretch&Conditioning ♪ miyu		10:30~11:30 Basic ♪ mizuki.K
12:00									
13:30		12:30~13:30 Waist ♪ Nanami.N	12:30~13:30 Hip&Leg ♪ Nanami.N			12:30~13:30 Basic ♪ Lio.H	12:30~13:30 Waist ♪ Yuuna		12:30~13:30 Hip&Leg ♪ Yuuna
15:00							14:30~15:30 Back&Arm ♪ miyu		14:30~15:30 Stretch&Conditioning ♪ Yuuna
									16:30~17:30 Basic ♪ Lio.H
17:00							17:00~18:00 Basic ♪ mizuki.K		
18:00		18:00~19:00 Basic ♪ Lio.H	18:00~19:00 Waist ♪ Nanami.N	18:00~19:00 Basic ♪ Lio.H	18:00~19:00 Basic ♪ Lio.H	18:00~19:00 Basic ♪ mizuki.K			
19:30									
21:00		20:30~21:30 Basic ♪ mizuki.K	20:30~21:30 Basic ♪ Lio.H	20:30~21:30 Basic ♪ Lio.H	20:30~21:30 Basic ♪ mizuki.K	20:30~21:30 Basic ♪ Lio.H			

	7月9日(火)	7月10日(水)	7月11日(木)	7月12日(金)	7月13日(土)	7月14日(日)	7月15日(月)	
10:30			close				close	
	10:30~11:30 Back&Arm ♪ Yuuna	10:30~11:30 Basic ♪ Lio.H		10:30~11:30 Basic ♪ Lio.H	10:30~11:30 Waist ♪ miyu	10:30~11:30 Stretch&Conditioning ♪ miyu		
12:00								
13:30	12:30~13:30 Basic ♪ Lio.H	12:30~13:30 Basic ♪ mizuki.K		12:30~13:30 Stretch&Conditioning ♪ Yuuna	12:30~13:30 Hip&Leg ♪ Yuuna	12:30~13:30 Back&Arm ♪ Yuuna		
15:00						14:30~15:30 Basic ♪ miyu		14:30~15:30 Waist ♪ miyu
								16:30~17:30 Hip&Leg ♪ Yuuna
17:00						17:00~18:00 Stretch&Conditioning ♪ Yuuna		
18:00	18:00~19:00 Basic ♪ Lio.H	18:00~19:00 Basic ♪ mizuki.K		18:00~19:00 Waist ♪ Yuuna	18:00~19:00 Back&Arm ♪ Yuuna			
19:30								
21:00	20:30~21:30 Basic ♪ mizuki.K	20:30~21:30 Hip&Leg ♪ Yuuna		20:30~21:30 Stretch&Conditioning ♪ miyu	20:30~21:30 Basic ♪ mizuki.K			

♪：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。



pilates

pilates K 高崎店 Lesson Schedule

2024/7/16~2024/7/31

	7月16日(火)	7月17日(水)	7月18日(木)	7月19日(金)	7月20日(土)	7月21日(日)	7月22日(月)	7月23日(火)
10:30							close	
	10:30~11:30 Stretch&Conditioning ♪ Yuuna	10:30~11:30 Basic ♪ mizuki.K		10:30~11:30 Stretch&Conditioning ♪ Yuuna	10:30~11:30 Basic ♪ Lio.H	10:30~11:30 Back&Arm ♪ miyu		10:30~11:30 Hip&Leg ♪ Yuuna
12:00								
	12:30~13:30 Waist ♪ miyu	12:30~13:30 Hip&Leg ♪ Yuuna		12:30~13:30 Basic ♪ Lio.H	12:30~13:30 Stretch&Conditioning ♪ Yuuna	12:30~13:30 Waist ♪ miyu		12:30~13:30 Basic ♪ mizuki.K
15:00					14:30~15:30 Hip&Leg ♪ Yuuna	14:30~15:30 Stretch&Conditioning ♪ Yuuna		
						16:30~17:30 Basic ♪ mizuki.K		
17:00					17:00~18:00 Basic ♪ Lio.H			
18:00	18:00~19:00 Back&Arm ♪ miyu	18:00~19:00 Stretch&Conditioning ♪ Yuuna	18:00~19:00 Basic ♪ mizuki.K	18:00~19:00 Basic ♪ Lio.H				18:00~19:00 Basic ♪ mizuki.K
19:30	20:30~21:30 Basic ♪ Lio.H	20:30~21:30 Basic ♪ Lio.H	20:30~21:30 Basic ♪ Lio.H	20:30~21:30 Basic ♪ mizuki.K				20:30~21:30 Basic ♪ Lio.H
21:00								

	7月24日(水)	7月25日(木)	7月26日(金)	7月27日(土)	7月28日(日)	7月29日(月)	7月30日(火)	7月31日(水)
10:30						close		
	10:30~11:30 Basic ♪ mizuki.K		10:30~11:30 Basic ♪ mizuki.K	10:30~11:30 Stretch&Conditioning ♪ miyu	10:30~11:30 Back&Arm ♪ Lio.H		10:30~11:30 Waist ♪ miyu	10:30~11:30 Basic ♪ Lio.H
12:00								
	12:30~13:30 Waist ♪ miyu		12:30~13:30 Waist ♪ mizuki.K	12:30~13:30 Waist ♪ miyu	12:30~13:30 Basic ♪ mizuki.K		12:30~13:30 Basic ♪ miyu	12:30~13:30 Hip&Leg ♪ Yuuna
15:00				14:30~15:30 Back&Arm ♪ Lio.H	14:30~15:30 Waist ♪ miyu			
					16:30~17:30 Stretch&Conditioning ♪ miyu			
17:00				17:00~18:00 Basic ♪ Lio.H				
18:00	18:00~19:00 Back&Arm ♪ Lio.H	18:00~19:00 Stretch&Conditioning ♪ miyu	18:00~19:00 Basic ♪ Lio.H				18:00~19:00 Back&Arm ♪ Lio.H	18:00~19:00 Stretch&Conditioning ♪ miyu
19:30	20:30~21:30 Hip&Leg ♪ Yuuna	20:30~21:30 Basic ♪ mizuki.K	20:30~21:30 Back&Arm ♪ Lio.H				20:30~21:30 Basic ♪ Lio.H	20:30~21:30 Waist ♪ mizuki.K
21:00								

♪: 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

※上記受付時間外はお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)