

pilatesK高崎店【5月1日～5月8日スケジュール】

2025年4月15日更新

05/01	05/02	05/03	05/04	05/05	05/06	05/07	05/08
木	金	土	日	月	火	水	木
	10:30～11:30 Hip&Leg 🍷 miyu	10:30～11:30 Stretch & Conditioning 🍷 Lio.H	10:30～11:30 Basic 🍷 yuuka.s	close	10:30～11:30 Jump to Burn Lio.H	10:30～11:30 Waist 🍷 miyu	
	12:30～13:30 Jump to Burn Lio.H	12:00～13:00 Hip&Leg 🍷 miyu	12:00～13:00 Shape up Waist miyu		12:00～13:00 Stretch & Conditioning 🍷 Lio.H	12:30～13:30 Pilates Barre miyu	
		13:30～14:30 Back&Arm 🍷 Lio.H	13:30～14:30 Basic 🍷 yuuka.s		13:30～14:30 Basic 🍷 yuuka.s		
		15:00～16:00 Pilates Barre miyu	15:00～16:00 Body Balance miyu		15:00～16:00 Back&Arm 🍷 Lio.H		
		17:30～18:30 Basic 🍷 Lio.H			17:30～18:30 Basic 🍷 yuuka.s		
18:00～19:00 Back&Arm 🍷 miyu	18:00～19:00 Basic 🍷 yuuka.s					18:00～19:00 Back&Arm 🍷 Lio.H	18:00～19:00 Basic 🍷 Lio.H
19:30～20:30 Basic 🍷 yuuka.s	19:30～20:30 Back&Arm 🍷 Lio.H					19:30～20:30 Basic 🍷 Lio.H	19:30～20:30 Pilates Workout miyu
21:00～22:00 Shape up Waist miyu	21:00～22:00 Basic 🍷 yuuka.s					21:00～22:00 Waist 🍷 Mone.N	21:00～22:00 Stretch & Conditioning 🍷 Lio.H

pilatesK高崎店【5月9日～5月16日スケジュール】

05/09	05/10	05/11	05/12	05/13	05/14	05/15	05/16
金	土	日	月	火	水	木	金
10:30～11:30 Stretch & Conditioning 🍷 Lio.H	10:30～11:30 Release&Strength miyu	10:30～11:30 Back&Arm 🍷 Lio.H	close	close	10:30～11:30 Pilates Workout Lio.H		10:30～11:30 Waist 🍷 miyu
12:30～13:30 Basic 🍷 yuuka.s	12:00～13:00 Waist 🍷 miyu	12:00～13:00 Basic 🍷 インストラクター未確定			12:30～13:30 Basic 🍷 yuuka.s		12:30～13:30 Hip&Leg 🍷 Satsuki.I
	13:30～14:30 Basic 🍷 yuuka.s	13:30～14:30 Jump to Burn Lio.H					
	15:00～16:00 Basic 🍷 yuuka.s	15:00～16:00 Hip&Leg 🍷 インストラクター未確定					
	17:30～18:30 Body Balance miyu						
18:00～19:00 Jump to Burn Lio.H					18:00～19:00 Waist 🍷 miyu	18:00～19:00 Basic 🍷 yuuka.s	18:00～19:00 Body Balance miyu
19:30～20:30 Basic 🍷 yuuka.s					19:30～20:30 Basic 🍷 Satsuki.I	19:30～20:30 Jump to Burn Lio.H	19:30～20:30 Back&Arm 🍷 Lio.H
21:00～22:00 Hip&Leg 🍷 Mone.N					21:00～22:00 Release&Strength miyu	21:00～22:00 Basic 🍷 yuuka.s	21:00～22:00 Stretch & Conditioning 🍷 Lio.H

🍷：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。

pilatesK高崎店【5月17日～5月24日スケジュール】

2025年4月15日更新

05/17	05/18	05/19	05/20	05/21	05/22	05/23	05/24
土	日	月	火	水	木	金	土
10:30～11:30 Basic 🍃 yuuka.s	10:30～11:30 Stretch & Conditioning 🍃 Lio.H	close	10:30～11:30 Body Balance miyu	10:30～11:30 Basic 🍃 yuuka.s		10:30～11:30 Jump to Burn Lio.H	10:30～11:30 Hip&Leg 🍃 Satsuki.I
12:00～13:00 Pilates Barre miyu	12:00～13:00 Basic 🍃 yuuka.s		12:30～13:30 Basic 🍃 yuuka.s	12:30～13:30 Back&Arm 🍃 Lio.H		12:30～13:30 Stretch & Conditioning 🍃 Lio.H	12:00～13:00 Body Balance miyu
13:30～14:30 Hip&Leg 🍃 Satsuki.I	13:30～14:30 Shape up Waist miyu						13:30～14:30 Basic 🍃 Lio.H
15:00～16:00 Basic 🍃 yuuka.s	15:00～16:00 Hip&Leg 🍃 Satsuki.I						15:00～16:00 Waist 🍃 miyu
17:30～18:30 Waist 🍃 miyu							17:30～18:30 Basic 🍃 Satsuki.I
			18:00～19:00 Back&Arm 🍃 Lio.H	18:00～19:00 Basic 🍃 Satsuki.I	18:00～19:00 Release&Strength miyu	18:00～19:00 Basic 🍃 yuuka.s	
			19:30～20:30 Hip&Leg 🍃 Satsuki.I	19:30～20:30 Shape up Waist miyu	19:30～20:30 Basic 🍃 yuuka.s	19:30～20:30 Hip&Leg 🍃 Satsuki.I	
			21:00～22:00 Basic 🍃 Satsuki.I	21:00～22:00 Hip&Leg 🍃 Satsuki.I	21:00～22:00 Waist 🍃 miyu	21:00～22:00 Basic 🍃 Satsuki.I	

pilatesK高崎店【5月25日～5月31日スケジュール】

05/25	05/26	05/27	05/28	05/29	05/30	05/31
日	月	火	水	木	金	土
10:30～11:30 Pilates Workout miyu	close	10:30～11:30 Hip&Leg 🍃 Satsuki.I	10:30～11:30 Back&Arm 🍃 Lio.H		10:30～11:30 Back&Arm 🍃 yuuka.s	10:30～11:30 Hip&Leg 🍃 Satsuki.I
12:00～13:00 Basic 🍃 yuuka.s		12:30～13:30 Basic 🍃 インストラクター未確定	12:30～13:30 Hip&Leg 🍃 Satsuki.I		12:30～13:30 Basic 🍃 インストラクター未確定	12:00～13:00 Basic 🍃 yuuka.s
13:30～14:30 Back&Arm 🍃 Lio.H						13:30～14:30 Shape up Waist miyu
15:00～16:00 Basic 🍃 yuuka.s						15:00～16:00 Basic 🍃 yuuka.s
						17:30～18:30 Jump to Burn Lio.H
		18:00～19:00 Stretch & Conditioning 🍃 Lio.H	18:00～19:00 Basic 🍃 yuuka.s	18:00～19:00 Basic 🍃 インストラクター未確定	18:00～19:00 Waist 🍃 miyu	
		19:30～20:30 Basic 🍃 yuuka.s	19:30～20:30 Hip&Leg 🍃 Satsuki.I	19:30～20:30 Back&Arm 🍃 Lio.H	19:30～20:30 Basic 🍃 インストラクター未確定	
		21:00～22:00 Pilates Workout Lio.H	21:00～22:00 Basic 🍃 yuuka.s	21:00～22:00 Hip&Leg 🍃 Satsuki.I	21:00～22:00 Pilates Barre miyu	

🍃：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）