

08/01	08/02	08/03	08/04	08/05	08/06	08/07	08/08
金	土	日	月	火	水	木	金
10:30 ~ 11:30 Back&Arm Sakura.s	10:30 ~ 11:30 jump to burn miyu	10:30 ~ 11:30 Waist Satsuki.I		10:30 ~ 11:30 Release&Strength miyu	10:30 ~ 11:30 Basic Satsuki.I		10:30 ~ 11:30 Back&Arm 未定
12:00 ~ 13:00 Hip&Leg Satsuki.I	12:00 ~ 13:00 Basic miyu	12:30 ~ 13:30 Back&Arm Sakura.s		12:00 ~ 13:00 Waist miyu	12:30 ~ 13:30 Back&Arm Sakura.s		12:00 ~ 13:00 Basic Satsuki.I
13:30 ~ 14:30 Back&Arm Sakura.s	13:30 ~ 14:30 Back&Arm Sakura.s	14:30 ~ 15:30 Hip&Leg Satsuki.I		13:30 ~ 14:30 Basic Satsuki.I			13:30 ~ 14:30 Waist Satsuki.I
	15:00 ~ 16:00 Pilates Barre miyu	16:30 ~ 17:30 Back&Arm Sakura.s					
	17:30 ~ 18:30 Back&Arm Sakura.s						
18:00 ~ 19:00 Shape up waist miyu				18:00 ~ 19:00 Back&Arm Sakura.s	18:00 ~ 19:00 Pilates Workout miyu	18:00 ~ 19:00 Basic Satsuki.I	18:00 ~ 19:00 Pilates Barre miyu
19:30 ~ 20:30 Basic Satsuki.I				19:30 ~ 20:30 Basic miyu	19:30 ~ 20:30 Back&Arm 未定	19:30 ~ 20:30 Hip&Leg Satsuki.I	19:30 ~ 20:30 Back&Arm Sakura.s
21:00 ~ 22:00 Waist Satsuki.I				21:00 ~ 22:00 Back&Arm Sakura.s	21:00 ~ 22:00 Stretch&Conditioning miyu	21:00 ~ 22:00 Back&Arm 未定	21:00 ~ 22:00 Basic Satsuki.I

08/09	08/10	08/11	08/12	08/13	08/14	08/15	08/16
土	日	月	火	水	木	金	土
10:30 ~ 11:30 Back&Arm 未定	10:30 ~ 11:30 Basic Satsuki.I		10:30 ~ 11:30 Back&Arm 未定	10:30 ~ 11:30 Hip&Leg Satsuki.I		10:30 ~ 11:30 Back&Arm Sakura.s	10:30 ~ 11:30 Basic Satsuki.I
12:00 ~ 13:00 Body Balance miyu	12:30 ~ 13:30 Back&Arm Sakura.s		12:00 ~ 13:00 Basic Satsuki.I	12:30 ~ 13:30 Waist Satsuki.I		12:00 ~ 13:00 Hip&Leg Satsuki.I	12:00 ~ 13:00 Back&Arm Sakura.s
13:30 ~ 14:30 Back&Arm 未定	14:30 ~ 15:30 Waist Satsuki.I		13:30 ~ 14:30 Back&Arm Sakura.s			13:30 ~ 14:30 Basic Satsuki.I	13:30 ~ 14:30 Waist Satsuki.I
15:00 ~ 16:00 Shape up waist miyu	16:30 ~ 17:30 Back&Arm Sakura.s						15:00 ~ 16:00 Basic Satsuki.I
17:30 ~ 18:30 Hip&Leg miyu							17:30 ~ 18:30 Pilates Workout miyu
			18:00 ~ 19:00 Hip&Leg Satsuki.I	18:00 ~ 19:00 Basic Satsuki.I	18:00 ~ 19:00 Back&Arm 未定	18:00 ~ 19:00 Basic 未定	
			19:30 ~ 20:30 jump to burn miyu	19:30 ~ 20:30 Back&Arm 未定	19:30 ~ 20:30 Release&Strength miyu	19:30 ~ 20:30 Waist Satsuki.I	
			21:00 ~ 22:00 Basic miyu	21:00 ~ 22:00 Back&Arm Sakura.s	21:00 ~ 22:00 Pilates Barre miyu	21:00 ~ 22:00 Back&Arm 未定	

・休職可能レッスン

・クラスの個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する場合は、1週間前までにお申し込みしております。  
 ・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 K 高崎店 【 08/17 ~ 08/24 】 スケジュール

2025/07/13 更新

08/17	08/18	08/19	08/20	08/21	08/22	08/23	08/24
日	月	火	水	木	金	土	日
10:30 ~ 11:30 Back&Arm 未定		10:30 ~ 11:30 Basic Satsuki.I	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre miyu		10:30 ~ 11:30 Waist Satsuki.I	10:30 ~ 11:30 Back&Arm 未定	10:30 ~ 11:30 Hip&Leg Satsuki.I
12:30 ~ 13:30 Pilates Barre miyu		12:00 ~ 13:00 Hip&Leg Satsuki.I	12:30 ~ 13:30 Back&Arm Sakura.s		12:00 ~ 13:00 Hip&Leg miyu	12:00 ~ 13:00 Pilates Workout miyu	12:30 ~ 13:30 Back&Arm 未定
14:30 ~ 15:30 Back&Arm 未定		13:30 ~ 14:30 Back&Arm 未定			13:30 ~ 14:30 Release&Strength miyu	13:30 ~ 14:30 Back&Arm 未定	14:30 ~ 15:30 Basic Satsuki.I
16:30 ~ 17:30 jump to burn miyu						15:00 ~ 16:00 Stretch&Conditioning miyu	16:30 ~ 17:30 Back&Arm 未定
						17:30 ~ 18:30 Pilates Barre miyu	
		18:00 ~ 19:00 Release&Strength miyu	18:00 ~ 19:00 Basic miyu	18:00 ~ 19:00 Back&Arm Sakura.s	18:00 ~ 19:00 Basic Satsuki.I		
		19:30 ~ 20:30 Back&Arm 未定	19:30 ~ 20:30 Body Balance miyu	19:30 ~ 20:30 Basic Satsuki.I	19:30 ~ 20:30 Back&Arm Sakura.s		
		21:00 ~ 22:00 Shape up waist miyu	21:00 ~ 22:00 Back&Arm 未定	21:00 ~ 22:00 Hip&Leg Satsuki.I	21:00 ~ 22:00 Back&Arm 未定		

pilates K 高崎店 【 08/25 ~ 08/31 】 スケジュール

2025/07/13 更新

08/25	08/26	08/27	08/28	08/29	08/30	08/31
月	火	水	木	金	土	日
	10:30 ~ 11:30 Release&Strength miyu	10:30 ~ 11:30 Back&Arm Sakura.s		10:30 ~ 11:30 Body Balance miyu	10:30 ~ 11:30 Back&Arm Sakura.s	10:30 ~ 11:30 Waist Satsuki.I
	12:00 ~ 13:00 Back&Arm Sakura.s	12:30 ~ 13:30 Basic Satsuki.I		12:00 ~ 13:00 Back&Arm 未定	12:00 ~ 13:00 Basic Satsuki.I	12:30 ~ 13:30 Back&Arm 未定
	13:30 ~ 14:30 Shape up waist miyu			13:30 ~ 14:30 Hip&Leg miyu	13:30 ~ 14:30 Back&Arm 未定	14:30 ~ 15:30 jump to burn miyu
					15:30 ~ 16:30 Waist Satsuki.I	16:30 ~ 17:30 Hip&Leg Satsuki.I
					17:30 ~ 18:30 Hip&Leg Satsuki.I	
	18:00 ~ 19:00 jump to burn miyu	18:00 ~ 19:00 Back&Arm 未定	18:00 ~ 19:00 Basic miyu	18:00 ~ 19:00 Waist Satsuki.I		
	19:30 ~ 20:30 Basic 未定	19:30 ~ 20:30 Pilates Barre miyu	19:30 ~ 20:30 Back&Arm 未定	19:30 ~ 20:30 Pilates Workout miyu		
	21:00 ~ 22:00 Back&Arm 未定	21:00 ~ 22:00 Waist miyu	21:00 ~ 22:00 jump to burn miyu	21:00 ~ 22:00 Back&Arm Sakura.s		

・休職可能レッスン  
 ・クラスの個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週間前までにお願ひしております。  
 ・レッスン開始時刻1週間前までのキャンセルは尚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。