

pilates K 高崎店 【 08/01 ~ 08/08 】 スケジュール								2025/08/13	更新
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 miyu		10:30 ~ 11:30 Back & Arm Hitomi.a		
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 Hitomi.a	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 Sakura.s	21:00 ~ 22:00 Basic Satsuki.I		

pilates K 高崎店 【 08/09 ~ 08/16 】 スケジュール								2025/08/13	更新
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 Hitomi.a	10:30 ~ 11:30 Basic Satsuki.I		10:30 ~ 11:30 Back & Arm Hitomi.a	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 Hitomi.a	14:30 ~ 15:30 Waist Satsuki.I		13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Satsuki.I			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 Back & Arm Hitomi.a	18:00 ~ 19:00 Basic Satsuki.I	18:00 ~ 19:00 Back & Arm Hitomi.a	18:00 ~ 19:00 Basic 未定			
			19:30 ~ 20:30 jump to burn miyu	19:30 ~ 20:30 Back & Arm Hitomi.a	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 Hitomi.a			

・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される場合は、1 時間前まで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 K 高崎店		【 08/17 ~ 08/24 】		スケジュール		2025/08/13	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 Hitomi.a		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 Hitomi.a	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 Sakura.s
14:30 ~ 15:30 Back&Arm Hitomi.a		13:30 ~ 14:30 Back&Arm Hitomi.a			13:30 ~ 14:30 Release&Strength miyu	13:30 ~ 14:30 Back&Arm Hitomi.a	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 Sakura.s
						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 Hitomi.a	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 Hitomi.a	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		2025/08/13	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 Hitomi.a	10:30 ~ 11:30 Waist Satsuki.I	
	12:00 ~ 13:00 Back&Arm Sakura.s	12:30 ~ 13:30 Basic miyu		12:00 ~ 13:00 Back&Arm Hitomi.a	12:00 ~ 13:00 Basic Satsuki.I	12:30 ~ 13:30 Back&Arm Hitomi.a	
	13:30 ~ 14:30 Shape up waist miyu			13:30 ~ 14:30 Hip&Leg miyu	13:30 ~ 14:30 Back&Arm Hitomi.a	14:30 ~ 15:30 Hip&Leg Satsuki.I	
					15:30 ~ 16:30 Waist Satsuki.I	16:30 ~ 17:30 Back&Arm Sakura.s	
					17:30 ~ 18:30 Hip&Leg miyu		
	18:00 ~ 19:00 jump to burn miyu	18:00 ~ 19:00 Back&Arm Hitomi.a	18:00 ~ 19:00 Basic miyu	18:00 ~ 19:00 Waist Satsuki.I			
	19:30 ~ 20:30 Basic Satsuki.I	19:30 ~ 20:30 Pilates Barre miyu	19:30 ~ 20:30 Back&Arm Sakura.s	19:30 ~ 20:30 Pilates Workout miyu			
	21:00 ~ 22:00 Back&Arm Hitomi.a	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週間前迄にお願しております。
 ・レッスン開始時刻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。