

【 01/01 ~ 01/08 】 スケジュール							
pilatesK 前橋モール						2025/12/14 更新	
01/01	01/02	01/03	01/04	01/05	01/06	01/07	01/08
木	金	土	日	月	火	水	木
		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
		Basic	Back & Arm		Stretch & Conditioning	Pilates Workout	
		Hiyori.T	yukino.m		maya.k	Ayano.m	
		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	
		Hip & Leg	Basic		Back & Arm	Basic	
		yukino.m	Hiyori.T		Ayano.m	maya.k	
		13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30		
		Stretch & Conditioning	Hip & Leg		Basic		
		maya.k	yukino.m		maya.k		
		15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30				
		Pilates Barre	Basic				
		yukino.m	Hiyori.T				
close	close			close	close	close	close
		17:30 ~ 18:30	Back & Arm		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
		maya.k			Hip & Leg	Pilates Barre	Back & Arm
		close			Ayano.m	yukino.m	maya.k
					19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
					Shape up waist	Basic	Stretch & Conditioning
					Ayano.m	Hiyori.T	maya.k
					21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
					Basic	Hip & Leg	Basic
					Hiyori.T	yukino.m	Hiyori.T

【 01/09 ~ 01/16 】 スケジュール							
pilatesK 前橋モール						2025/12/14 更新	
01/09	01/10	01/11	01/12	01/13	01/14	01/15	01/16
金	土	日	月	火	水	木	金
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30
Waist	Hip & Leg	Basic		Shape up waist	Basic		Pilates Barre
maya.k	Ayano.m	Hiyori.T		Ayano.m	Hiyori.T		yukino.m
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00
Pilates Barre	Waist	Back & Arm		Basic	Shape up waist		Back & Arm
yukino.m	Satsuki.I	maya.k		maya.k	Ayano.m		maya.k
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30
Back & Arm	Shape up waist	Basic		Hip & Leg			Hip & Leg
maya.k	Ayano.m	Hiyori.T		Ayano.m			yukino.m
15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30						
Back & Arm	Waist						
Ayano.m	maya.k						
close		close	close	close	close	close	close
	17:30 ~ 18:30	Basic					
	Hiyori.T						
18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
Hip & Leg				Pilates Barre	Back & Arm	Basic	Waist
Ayano.m				yukino.m	yukino.m	Hiyori.T	maya.k
19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
Basic				Waist	Hip & Leg	Back & Arm	Stretch & Conditioning
yukino.m				maya.k	yukino.m	maya.k	maya.k
21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
Shape up waist				Back & Arm	Pilates Workout	Waist	Basic
Ayano.m				yukino.m	Ayano.m	maya.k	Hiyori.T

\*休講可能なレッスン

\*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		【 01/17 ~ 01/24 】 スケジュール						2025/12/14 更新	
01/17	01/18	01/19	01/20	01/21	01/22	01/23	01/24		
土	日	月	火	水	木	金	土		
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		
Back&Arm	Waist		Basic	Back&Arm			Waist	Shape up waist	
maya.k	misaki.N		Hiyori.T	maya.k			maya.k	Ayano.m	
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		
Shape up waist	Basic		Stretch&Conditioning	Hip&Leg		Basic	Back&Arm		
Ayano.m	Hiyori.T		maya.k	Satsuki.I		Hiyori.T	maya.k		
13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		
Basic	Pilates Barre		Basic	Waist		Stretch&Conditioning	Hip&Leg		
maya.k	misaki.N		Hiyori.T	Satsuki.I		maya.k	Ayano.m		
15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00		
Pilates Workout	Basic		Waist	Basic			Waist		
Ayano.m	Hiyori.T		Hitomi.a	Hiyori.T			maya.k		
17:30 ~ 18:30			16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30		18:00 ~ 19:00	17:30 ~ 18:30		
Waist			Basic	Back&Arm		Basic	Basic		
maya.k			Hitomi.a	maya.k		Hiyori.T	maya.k		
close			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		
			Waist	Basic		Waist	Basic		
			Hitomi.a	Hiyori.T		Hitomi.a	Hiyori.T		
			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
			Basic	Pilates Barre		Basic	Pilates Barre		
			maya.k	yukino.m		maya.k	yukino.m		
			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		
			Back&Arm	Hip&Leg		Back&Arm	Hip&Leg		
			Hitomi.a	yukino.m		Hitomi.a	yukino.m		

pilatesK 前橋モール		【 01/25 ~ 01/31 】 スケジュール						01/31	
01/25	01/26	01/27	01/28	01/29	01/30	01/31			
日	月	火	水	木	金	土			
10:30 ~ 11:30			10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		
Basic			Pilates Barre	Hip&Leg		Basic	Back&Arm		
Hiyori.T			yukino.m	yukino.m		Hiyori.T	yukino.m		
12:30 ~ 13:30			12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		
Hip&Leg			Hip&Leg	Basic		Hip&Leg	Pilates Workout		
yukino.m			Ayano.m	Hiyori.T		Ayano.m	Ayano.m		
14:30 ~ 15:30			13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		
Basic			Back&Arm			Shape up waist	Basic		
Hiyori.T			yukino.m			Ayano.m	yukino.m		
16:30 ~ 17:30						15:00 ~ 16:00			
Pilates Barre						Hip&Leg			
yukino.m						Ayano.m			
close			close						
						17:30 ~ 18:30			
						Pilates Barre			
						yukino.m			
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がキャンセルされた場合は、1時間前迄にお願いしております。  
レッスン開始後は原則変更不可のため、セミナー等の開催が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。