

pilatesK 高崎店

【 01/17 ~ 01/24 】 スケジュール

2026/01/25 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 Back&Arm Hitomi.a	10:30 ~ 11:30 Pilates Workout Ayano.m	close	10:30 ~ 11:30 Release&Strength Satsuki.I	10:30 ~ 11:30 Leg Lines misaki.N	close	10:30 ~ 11:30 Back&Arm Hitomi.a	10:30 ~ 11:30 Hip&Leg Satsuki.I	
12:00 ~ 13:00 jump to burn Satsuki.I	12:30 ~ 13:30 Stretch&Conditioning Sakura.s		12:00 ~ 13:00 Hip&Leg Sakura.s	12:30 ~ 13:30 Back&Arm Sakura.s		12:00 ~ 13:00 Hip&Leg Satsuki.I	12:00 ~ 13:00 Basic Hitomi.a	
13:30 ~ 14:30 Basic Hitomi.a	14:30 ~ 15:30 Back&Arm Ayano.m		13:30 ~ 14:30 Shape up waist misaki.N	13:30 ~ 14:30 Pilates Cardio misaki.N		13:30 ~ 14:30 Basic Hitomi.a	13:30 ~ 14:30 jump to burn Satsuki.I	
15:00 ~ 16:00 Hip&Leg Satsuki.I	16:30 ~ 17:30 Pilates Barre Sakura.s		15:00 ~ 16:00 Back&Arm Sakura.s	15:00 ~ 16:00 Hip&Leg Sakura.s		15:00 ~ 16:00 Waist Hitomi.a	15:00 ~ 16:00 Waist Hitomi.a	
17:30 ~ 18:30 Waist Hitomi.a	close		16:30 ~ 17:30 jump to burn Satsuki.I	16:30 ~ 17:30 Pilates Barre misaki.N		17:30 ~ 18:30 Release&Strength Satsuki.I	close	
close			18:00 ~ 19:00 Leg Lines misaki.N	18:00 ~ 19:00 Body Balance misaki.N		18:00 ~ 19:00 Shape up waist misaki.N		18:00 ~ 19:00 Back&Arm Sakura.s
			19:30 ~ 20:30 Stretch&Conditioning Sakura.s	19:30 ~ 20:30 jump to burn Satsuki.I		19:30 ~ 20:30 Stretch&Conditioning Sakura.s		19:30 ~ 20:30 jump to burn Satsuki.I
			21:00 ~ 22:00 Pilates Cardio misaki.N	21:00 ~ 22:00 Pilates Barre Sakura.s		21:00 ~ 22:00 Pilates Cardio misaki.N		21:00 ~ 22:00 Pilates Barre Sakura.s

pilatesK 高崎店

【 01/25 ~ 01/31 】 スケジュール

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 Pilates Barre Sakura.s	close	10:30 ~ 11:30 Hip&Leg Satsuki.I	10:30 ~ 11:30 Waist Hitomi.a	close	10:30 ~ 11:30 Stretch&Conditioning Sakura.s	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre Sakura.s	
12:30 ~ 13:30 Release&Strength Satsuki.I		12:00 ~ 13:00 Basic Hitomi.a	12:30 ~ 13:30 Pilates Barre Sakura.s		12:00 ~ 13:00 Leg Lines misaki.N	12:00 ~ 13:00 Back&Arm Sakura.s	
14:30 ~ 15:30 Hip&Leg Sakura.s		13:30 ~ 14:30 Release&Strength Satsuki.I	13:30 ~ 14:30 Body Balance misaki.N		13:30 ~ 14:30 Hip&Leg Sakura.s	13:30 ~ 14:30 Body Balance misaki.N	
16:30 ~ 17:30 jump to burn Satsuki.I		18:00 ~ 19:00 Back&Arm Sakura.s	18:00 ~ 19:00 Pilates Workout Ayano.m		18:00 ~ 19:00 Waist Hitomi.a	18:00 ~ 19:00 Release&Strength Satsuki.I	15:00 ~ 16:00 Basic Hiyori.T
close		19:30 ~ 20:30 Waist Hitomi.a	19:30 ~ 20:30 Hip&Leg Sakura.s		19:30 ~ 20:30 Basic Hitomi.a	19:30 ~ 20:30 Shape up waist misaki.N	17:30 ~ 18:30 Pilates Cardio misaki.N
		21:00 ~ 22:00 Hip&Leg Sakura.s	21:00 ~ 22:00 Shape up waist Ayano.m		21:00 ~ 22:00 Body Balance misaki.N	21:00 ~ 22:00 Basic Satsuki.I	close

・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週間前までにお願しております。
 ・レッスン開始時間1時間前までのごキャンセルは尚残存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。