

pilatesK 前橋モール		【 02/01 ~ 02/08 】 スケジュール						2020/02/12 更新
02/01	02/02	02/03	02/04	02/05	02/06	02/07	02/08	
日	月	火	水	木	金	土	日	
10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
Stretch & Conditioning		Pre Basic	Pilates Workout		Pilates Barre	Shape up waist	Basic	
maya.k		Ayano.m	Ayano.m		yukino.m	Ayano.m	Hiyori.T	
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	
Basic		Shape up waist	Basic		Hip & Leg	Pre Basic	Hip & Leg	
Hiyori.T		Ayano.m	Hiyori.T		yukino.m	Ayano.m	yukino.m	
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	
Hip & Leg		Back & Arm			Basic	Back & Arm	Basic	
yukino.m		maya.k			Hiyori.T	maya.k	Hiyori.T	
16:30 ~ 17:30						15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	
Waist						Basic	jump to burn	
maya.k						Hiyori.T	yukino.m	
	close	close	close	close	close			
						17:30 ~ 18:30		
						Waist		
						maya.k		
		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			
		Stretch & Conditioning	Hip & Leg	Back & Arm	Basic			
		maya.k	yukino.m	maya.k	maya.k			
		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
		Waist	Shape up waist	Basic	Back & Arm			
		maya.k	Ayano.m	Hiyori.T	maya.k			
		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
		Basic	Back & Arm	Waist	jump to burn			
		Hiyori.T	yukino.m	maya.k	yukino.m			

pilatesK 前橋モール		【 02/09 ~ 02/16 】 スケジュール						
02/09	02/10	02/11	02/12	02/13	02/14	02/15	02/16	
月	火	水	木	金	土	日	月	
	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		
	Shape up waist	Pre Basic		Basic	Back & Arm	Stretch & Conditioning		
	Ayano.m	Ayano.m		Hiyori.T	maya.k	maya.k		
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		
	Basic	Waist		Pilates Barre	Pilates Workout	Basic		
	maya.k	maya.k		yukino.m	Ayano.m	Satsuki.I		
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		
	Waist	Stretch & Conditioning		Back & Arm	Basic	Waist		
	maya.k	maya.k		yukino.m	maya.k	maya.k		
		15:00 ~ 16:00	close		15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		
		Pilates Workout			Waist	Basic		
		Ayano.m			maya.k	Satsuki.I		
		17:30 ~ 18:30			17:30 ~ 18:30			
		Basic			Pre Basic			
		maya.k			Ayano.m			
	18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00				
	Pilates Barre		Basic	Hip & Leg				
	yukino.m		yukino.m	Satsuki.I				
	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				
	Basic		jump to burn	Waist				
	Hiyori.T		yukino.m	Satsuki.I				
	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				
	Hip & Leg		Back & Arm	Basic				
	yukino.m		maya.k	Hiyori.T				

※休館可動レッスン
 ・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 サイトをご覧ください。
 ・ご予約されたレッスンをキャンセルされる場合は、1 時間前迄にお申し立て下さい。
 ・レッスン開始前夜 1 時間前迄を以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、翌月の予約可能回数に 1 回に制限されます。

pilatesK 前橋モール		【 02/17 ~ 02/24 】				スケジュール		2026/02/12 更新	
02/17	02/18	02/19	02/20	02/21	02/22	02/23	02/24		
火	水	木	金	土	日	月	火		
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30		
Back & Arm	Hip & Leg		Shape up waist	Basic	Pilates Workout		Shape up waist		
maya.k	yukino.m		Ayano.m	Hiyori.T	Ayano.m		Ayano.m		
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00		
Shape up waist	Pilates Barre		Basic	Back & Arm	Waist		Basic		
Ayano.m	yukino.m		Hiyori.T	yukino.m	maya.k		Hiyori.T		
13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30		
Pre Basic			Hip & Leg	Pilates Barre	Pre Basic		Hip & Leg		
Ayano.m			Ayano.m	yukino.m	Ayano.m		Ayano.m		
close			close	close	15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30	close	close
					Basic		Stretch & Conditioning		
					Hiyori.T		maya.k		
					17:30 ~ 18:30				
			Hip & Leg						
			yukino.m						
18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	close	18:00 ~ 19:00		
Basic	Back & Arm	Hip & Leg	Basic	Back & Arm					
Hiyori.T	maya.k	Ayano.m	Hiyori.T	yukino.m					
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30					
Waist	Basic	Waist	Back & Arm	Basic					
maya.k	maya.k	maya.k	Ayano.m	Hiyori.T					
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	close	close	close	21:00 ~ 22:00		
Stretch & Conditioning	Pilates Workout	Pre Basic	Waist				jump to burn		
maya.k	Ayano.m	Ayano.m	maya.k				yukino.m		

pilatesK 前橋モール		【 02/25 ~ 02/28 】 スケジュール			
02/25	02/26	02/27	02/28		
水	木	金	土		
10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		
Basic		Hip & Leg	Waist		
未確定		yukino.m	maya.k		
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		
Pilates Workout		Stretch & Conditioning	Basic		
Ayano.m		maya.k	未確定		
close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		
		Basic	Back & Arm		
		yukino.m	maya.k		
		close	15:00 ~ 16:00		
			Pilates Barre		
			yukino.m		
			17:30 ~ 18:30		
			Shape up waist		
		Ayano.m			
		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close
		Hip & Leg	Basic	Back & Arm	
yukino.m	未確定	yukino.m			
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
Waist	Back & Arm	Basic			
maya.k	yukino.m	未確定			
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
Basic	Pilates Barre	Shape up waist			
Hiyori.T	yukino.m	Ayano.m			

※休館可能レッスン
 ・クラスの曜日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る場合は、1週間前までにお断りしております。
 ・レッスン開始時間15分前までのご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。