

【 03/01 ~ 03/08 】 スケジュール							
pilatesK 前橋モール		2026/02/13 更新					
03/01	03/02	03/03	03/04	03/05	03/06	03/07	03/08
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
Basic		Back & Arm	Pre Basic		Hip & Leg	Back & Arm	Pilates Barre
Hiyori.T		maya.k	Ayano.m		Ayano.m	yukino.m	yukino.m
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30
Pilates Workout		Basic	Waist		Basic	Shape up waist	Waist
Ayano.m		Hiyori.T	Ayumi.o		Hiyori.T	Ayano.m	Ayumi.o
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30
Basic		Stretch & Conditioning			Pilates Workout	Basic	Back & Arm
Hiyori.T		maya.k			Ayano.m	Hiyori.T	yukino.m
16:30 ~ 17:30					15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	
Hip & Leg					Hip & Leg	Waist	
Ayano.m					yukino.m	Ayumi.o	
close	close	close	close	close	close	close	close
					17:30 ~ 18:30		
					Pre Basic		
					Ayano.m		
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
Pilates Barre		Back & Arm	Shape up waist	Basic			
yukino.m		maya.k	Ayano.m	Hiyori.T			
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
Waist		Hip & Leg	Basic	Waist			
Ayumi.o		yukino.m	Hiyori.T	Ayumi.o			
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
jump to burn		Basic	Waist	Pre Basic			
yukino.m		maya.k	Ayumi.o	Ayano.m			

【 03/09 ~ 03/16 】 スケジュール							
pilatesK 前橋モール		2026/02/13 更新					
03/09	03/10	03/11	03/12	03/13	03/14	03/15	03/16
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	10:30 ~ 11:30	
Shape up waist		Waist		Waist	Pilates Barre	Pre Basic	
Ayano.m		Ayumi.o		Ayumi.o	yukino.m	Ayano.m	
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30			12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	
Back & Arm		Hip & Leg		Pre Basic	Waist	Hip & Leg	
Ayano.m		yukino.m		Ayano.m	Ayumi.o	yukino.m	
13:30 ~ 14:30				13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	
Basic				shape up waist	Basic	Waist	
Hiyori.T				Ayano.m	yukino.m	Ayumi.o	
close	close	close	close	close	close	close	close
				15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		
				Back & Arm	jump to burn		
				Ayano.m	yukino.m		
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
Basic		Stretch & Conditioning	Hip & Leg	Pilates Barre			
Hiyori.T		yukino.m	yukino.m	yukino.m			
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
Hip & Leg		Pre Basic	jump to burn	Back & Arm			
yukino.m		Ayano.m	yukino.m	yukino.m			
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
Pilates Barre		Shape up waist	Basic	Waist			
yukino.m		Ayano.m	Hiyori.T	Ayumi.o			

👉 : 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時間前まで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			【 03/17 ~ 03/24 】 スケジュール				2026/02/13 更新	
03/17	03/18	03/19	03/20	03/21	03/22	03/23	03/24	
火 10:30 ~ 11:30	水 10:30 ~ 11:30	木 close	金 10:30 ~ 11:30	土 Pilates Barre yukino.m	日 Waist Ayumi.o	月 10:30 ~ 11:30	火 Pre Basic Ayano.m	10:30 ~ 11:30
Ayumi.o	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	12:00 ~ 13:00
jump to burn yukino.m	Waist Ayumi.o		Shape up waist Ayano.m	Basic Hiyori.T	Waist Ayumi.o		Shape up waist Ayano.m	Shape up waist Ayano.m
13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30
Stretch & Conditioning yukino.m			Pre Basic Ayano.m	Waist Ayumi.o	Basic Hitomi.a		Basic Ayano.m	Basic Hiyori.T
close			Ayano.m	Hiyori.T	Ayumi.o			
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	Back & Arm yukino.m	Back & Arm yukino.m
Hip & Leg yukino.m	Basic Hiyori.T	Waist Ayumi.o						
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	close	close	19:30 ~ 20:30
Shape up waist Ayano.m	Back & Arm yukino.m	Basic Hiyori.T						Pilates Workout Ayano.m
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00
Pre Basic Ayano.m	Hip & Leg yukino.m	jump to burn yukino.m						Stretch & Conditioning yukino.m

pilatesK 前橋モール			【 03/25 ~ 03/31 】 スケジュール				03/31	
03/25	03/26	03/27	03/28	03/29	03/30	03/31	火	
水 10:30 ~ 11:30	木 close	金 10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	
Back & Arm yukino.m		Basic yukino.m	Pilates Workout Ayano.m	Waist Ayumi.o			Hip & Leg Ayano.m	
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30			12:00 ~ 13:00	
Basic Hiyori.T		Back & Arm yukino.m	Pre Basic Ayano.m	Shape up waist Ayano.m			Pilates Workout Ayano.m	
close		Ayumi.o					13:30 ~ 14:30	
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	Basic Hiyori.T	
Waist Ayumi.o	Back & Arm Ayano.m	jump to burn Satsuki.I						Stretch & Conditioning yukino.m
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	close		19:30 ~ 20:30
Shape up waist Ayano.m	Waist Ayumi.o	Hip & Leg Satsuki.I						Pilates Barre yukino.m
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00
Pre Basic Ayano.m	Shape up waist Ayano.m	Waist Ayumi.o						Waist Ayumi.o

■ : 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。