

【 05/01 ~ 05/08 】 スケジュール

pilatesK 高崎店		【 05/01 ~ 05/08 】 スケジュール						2024/05/08 更新
05/01	05/02	05/03	05/04	05/05	05/06	05/07	05/08	
金	土	日	月	火	水	木	金	
10:30 ~ 11:30 Pre Basic misaki.N	10:30 ~ 11:30 Back&Arm Chizuru.S	10:30 ~ 11:30 Pilates Workout Hitomi.a	10:30 ~ 11:30 Hip&Leg Sakura.s	10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio misaki.N	10:30 ~ 11:30 Basic Hitomi.a	close	10:30 ~ 11:30 Shape up waist misaki.N	
12:00 ~ 13:00 Pilates Cardio Chizuru.S	12:00 ~ 13:00 Shape up waist misaki.N	12:30 ~ 13:30 Basic Hitomi.a	12:00 ~ 13:00 Back&Arm misaki.N	12:00 ~ 13:00 Waist asami.T	12:00 ~ 13:00 Stretch&Conditioning Sakura.s		12:00 ~ 13:00 jump to burn Hitomi.a	
13:30 ~ 14:30 Shape up waist misaki.N	13:30 ~ 14:30 Pilates Barre Chizuru.S	14:30 ~ 15:30 Hip&Leg Chizuru.S	13:30 ~ 14:30 Release&Strength Sakura.s	13:30 ~ 14:30 Pre Basic misaki.N	13:30 ~ 14:30 jump to burn Hitomi.a		13:30 ~ 14:30 Waist misaki.N	
close	15:00 ~ 16:00 Basic misaki.N	16:30 ~ 17:30 Pilates Cardio Chizuru.S	15:00 ~ 16:00 Shape up waist misaki.N	15:00 ~ 16:00 Release&Strength asami.T	15:00 ~ 16:00 Hip&Leg Ayano.m		close	close
	17:30 ~ 18:30 Pilates Cardio misaki.N	close	17:30 ~ 18:30 Pilates Barre Sakura.s	17:30 ~ 18:30 Back&Arm misaki.N	17:30 ~ 18:30 Shape up waist Ayano.m			
	18:00 ~ 19:00 Waist Hitomi.a		18:00 ~ 19:00 Release&Strength Sakura.s	18:00 ~ 19:00 Stretch&Conditioning Sakura.s				
19:30 ~ 20:30 Hip&Leg Chizuru.S	19:30 ~ 20:30 Pre Basic misaki.N		19:30 ~ 20:30 Back&Arm Hitomi.a					
21:00 ~ 22:00 jump to burn Hitomi.a	21:00 ~ 22:00 Shape up waist misaki.N	21:00 ~ 22:00 Pilates Barre Sakura.s						

【 05/09 ~ 05/16 】 スケジュール

pilatesK 高崎店		【 05/09 ~ 05/16 】 スケジュール								
05/09	05/10	05/11	05/12	05/13	05/14	05/15	05/16			
土	日	月	火	水	木	金	土			
10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio misaki.N	10:30 ~ 11:30 Back&Arm Sakura.s	close	10:30 ~ 11:30 Stretch&Conditioning Sakura.s	10:30 ~ 11:30 Basic Yumiko.K	close	close	close			
12:00 ~ 13:00 Back&Arm Kotono.C	12:30 ~ 13:30 Shape up waist misaki.N		12:00 ~ 13:00 Pilates Barre Sakura.s	12:30 ~ 13:30 Release&Strength Yumiko.K						
13:30 ~ 14:30 Basic Kotono.C	14:30 ~ 15:30 Waist misaki.N		13:30 ~ 14:30 Pre Basic Mao.F							
15:00 ~ 16:00 Waist misaki.N	16:30 ~ 17:30 Pre Basic misaki.N		close	close				close		
17:30 ~ 18:30 Back&Arm misaki.N	close								close	close
close										
			18:00 ~ 19:00 Basic Mao.F	18:00 ~ 19:00 Pilates Workout Hitomi.a				18:00 ~ 19:00 Shape up waist misaki.N		
	19:30 ~ 20:30 Back&Arm SENA.K		19:30 ~ 20:30 Pilates Barre misaki.N	19:30 ~ 20:30 Pilates Cardio misaki.N						
close	close		close	21:00 ~ 22:00 Body Balance Mao.F				21:00 ~ 22:00 Waist misaki.N	21:00 ~ 22:00 Back&Arm SENA.K	

・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週間前までにお申し立てください。  
 ・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。

