

06/01	06/02	06/03	06/04	06/05	06/06	06/07	06/08	
月	火	水	木	金	土	日	月	
close	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre Sakura.s	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Chizuru.S	close	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Hitomi.a	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Sakura.s	10:30 ~ 11:30 Waist Kotone.O	close	
	12:00 ~ 13:00 Waist Hitomi.a	12:30 ~ 13:30 Pilates Cardio Chizuru.S		12:00 ~ 13:00 Shape up waist Ayano.m	12:00 ~ 13:00 Waist Chinatsu.S	12:30 ~ 13:30 Back & Arm Hitomi.a		
	13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning Sakura.s	close		13:30 ~ 14:30 jump to burn Hitomi.a	13:30 ~ 14:30 Release & Strength Sakura.s	14:30 ~ 15:30 Pilates Workout Hitomi.a		
	18:00 ~ 19:00 Waist Chinatsu.S			18:00 ~ 19:00 Pre Basic Ayano.m	18:00 ~ 19:00 Waist Hitomi.a	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Ayano.m		close
	19:30 ~ 20:30 Back & Arm Hitomi.a			19:30 ~ 20:30 Release & Strength Sakura.s	19:30 ~ 20:30 Basic Mao.F	19:30 ~ 20:30 Waist Kotone.O		
	21:00 ~ 22:00 Basic Chinatsu.S			21:00 ~ 22:00 Shape up waist Ayano.m	21:00 ~ 22:00 jump to burn Hitomi.a	21:00 ~ 22:00 Pre Basic Ayano.m		

06/09	06/10	06/11	06/12	06/13	06/14	06/15	06/16	
火	水	木	金	土	日	月	火	
10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Ayano.m	10:30 ~ 11:30 Basic Chinatsu.S	close	10:30 ~ 11:30 Pre Basic Ayano.m	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Hitomi.a	10:30 ~ 11:30 Shape up waist Ayano.m	close	10:30 ~ 11:30 Release & Strength Sakura.s	
12:00 ~ 13:00 Back & Arm Hitomi.a	12:30 ~ 13:30 jump to burn Hitomi.a		12:00 ~ 13:00 Release & Strength Sakura.s	12:00 ~ 13:00 Pilates Cardio Satsuki.I	12:30 ~ 13:30 Stretch & Conditioning Sakura.s		12:00 ~ 13:00 Basic Hitomi.a	
13:30 ~ 14:30 Pre Basic Ayano.m	close		13:30 ~ 14:30 Shape up waist Ayano.m	13:30 ~ 14:30 Basic Hitomi.a	14:30 ~ 15:30 Back & Arm Ayano.m		13:30 ~ 14:30 Pilates Barre Sakura.s	
18:00 ~ 19:00 Stretch & Conditioning Sakura.s			18:00 ~ 19:00 Pilates Barre Sakura.s	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Satsuki.I	18:00 ~ 19:00 Waist Kotone.O		close	18:00 ~ 19:00 jump to burn Nanami.N
19:30 ~ 20:30 jump to burn Hitomi.a			19:30 ~ 20:30 Waist Chinatsu.S	19:30 ~ 20:30 Pilates Cardio Satsuki.I	19:30 ~ 20:30 Pilates Barre Sakura.s			19:30 ~ 20:30 Back & Arm Hitomi.a
21:00 ~ 22:00 Pilates Barre Sakura.s			21:00 ~ 22:00 Release & Strength Sakura.s	21:00 ~ 22:00 Back & Arm Hitomi.a	21:00 ~ 22:00 Waist Kotone.O			21:00 ~ 22:00 Waist Nanami.N

・体験可能レッスン  
 ・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週間前までお問い合わせしております。  
 ・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。

pilatesK 高崎店

【 06/17 ~ 06/24 】 スケジュール

2026/05/13 更新

06/17	06/18	06/19	06/20	06/21	06/22	06/23	06/24	
水	木	金	土	日	月	火	水	
10:30 ~ 11:30 Pre Basic Ayano.m	close	10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio Satsuki.I	10:30 ~ 11:30 Basic Hitomi.a	10:30 ~ 11:30 Waist Chinatsu.S	close	10:30 ~ 11:30 Pilates Workout Hitomi.a	10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning Mao.F	
12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Sakura.s		12:00 ~ 13:00 Pilates Barre Sakura.s	12:00 ~ 13:00 Shape up waist Ayano.m	12:30 ~ 13:30 Release & Strength Sakura.s		12:00 ~ 13:00 Basic イシワカ-未確定	12:30 ~ 13:30 Pre Basic Mao.F	
close		13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Satsuki.I	13:30 ~ 14:30 jump to burn Hitomi.a	14:30 ~ 15:30 Basic Chinatsu.S		close	13:30 ~ 14:30 Waist Hitomi.a	close
		close	15:00 ~ 16:00 Back & Arm Miyuu.T	16:30 ~ 17:30 Pilates Barre Sakura.s				
			17:30 ~ 18:30 Hip & Leg Ayano.m					
18:00 ~ 19:00 Shape up waist Ayano.m		18:00 ~ 19:00 Basic Chinatsu.S	18:00 ~ 19:00 Waist Hitomi.a	close		close	18:00 ~ 19:00 Pilates Cardio Satsuki.I	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Sakura.s
19:30 ~ 20:30 Waist Kotone.O		19:30 ~ 20:30 jump to burn Hitomi.a	19:30 ~ 20:30 Stretch & Conditioning Sakura.s				19:30 ~ 20:30 Basic イシワカ-未確定	19:30 ~ 20:30 Back & Arm Miyuu.T
21:00 ~ 22:00 Back & Arm Ayano.m		21:00 ~ 22:00 Waist Chinatsu.S	21:00 ~ 22:00 Pilates Workout Hitomi.a				21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Satsuki.I	21:00 ~ 22:00 Pilates Barre Sakura.s

pilatesK 高崎店

【 06/25 ~ 06/30 】 スケジュール

06/25	06/26	06/27	06/28	06/29	06/30	
木	金	土	日	月	火	
close	10:30 ~ 11:30 Waist Hitomi.a	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Miyuu.T	10:30 ~ 11:30 jump to burn Hitomi.a	close	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Miyuu.T	
	12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning Sakura.s	12:00 ~ 13:00 Pilates Cardio Chizuru.S	12:30 ~ 13:30 Back & Arm Miyuu.T		12:00 ~ 13:00 Pilates Workout Hitomi.a	
	13:30 ~ 14:30 jump to burn Hitomi.a	13:30 ~ 14:30 Pilates Barre Sakura.s	14:30 ~ 15:30 Waist Hitomi.a		13:30 ~ 14:30 Back & Arm Miyuu.T	
	close	15:00 ~ 16:00 Hip & Leg Chizuru.S	16:30 ~ 17:30 Back & Arm Miyuu.T		close	close
		17:30 ~ 18:30 Release & Strength Sakura.s				
	18:00 ~ 19:00 Pilates Workout Ayano.m	18:00 ~ 19:00 Back & Arm Miyuu.T	close		close	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Sakura.s
	19:30 ~ 20:30 Waist Hitomi.a	19:30 ~ 20:30 Release & Strength Sakura.s				19:30 ~ 20:30 jump to burn Hitomi.a
	21:00 ~ 22:00 Pre Basic Ayano.m	21:00 ~ 22:00 Back & Arm Miyuu.T				21:00 ~ 22:00 Release & Strength Sakura.s

・休講可能レッスン  
 ・クラスの遅刻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週間前迄にお申し立てをお願いします。  
 ・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に1回に制限されます。