

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 Basic yuri.o	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			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	
					15:00 ~ 16:00 Basic Chinatsu.S	16:30 ~ 17:30 Waist Kotone.O	
					17:30 ~ 18:30 Pilates Barre Sakura.s		
	18:00 ~ 19:00 Waist Chinatsu.S	18:00 ~ 19:00 Basic Shiika.M		18:00 ~ 19:00 Waist Hitomi.a	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Ayano.m		
	19:30 ~ 20:30 Back & Arm Hitomi.a	19:30 ~ 20:30 Release & Strength Sakura.s		19:30 ~ 20:30 Basic Shiika.M	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 Hitomi.a	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 Aina.T
13:30 ~ 14:30 Pre Basic Ayano.m			13:30 ~ 14:30 Shape up waist Ayano.m	13:30 ~ 14:30 Basic Erika.R	14:30 ~ 15:30 Waist yuri.o		13:30 ~ 14:30 Pilates Barre Sakura.s
					15:00 ~ 16:00 Waist Satsuki.I		16:30 ~ 17:30 Release & Strength Sakura.s
					17:30 ~ 18:30 Pilates Workout Hitomi.a		
18:00 ~ 19:00 Pilates Barre Sakura.s	18:00 ~ 19:00 Release & Strength Mao		18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Satsuki.I	18:00 ~ 19:00 Waist Kotone.O			18:00 ~ 19:00 jump to burn Hitomi.a
19:30 ~ 20:30 jump to burn Hitomi.a	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Sakura.s		19:30 ~ 20:30 Pilates Cardio Satsuki.I	19:30 ~ 20:30 Pilates Barre Sakura.s			19:30 ~ 20:30 Basic Aina.T
21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning Sakura.s	21:00 ~ 22:00 Pilates Barre Mao		21:00 ~ 22:00 Back & Arm Hitomi.a	21:00 ~ 22:00 Waist Kotone.O			21:00 ~ 22:00 Waist Hitomi.a

・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

2026/05/21 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 Basic Aina.T	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 Aina.T	12:30 ~ 13:30 Pre Basic Mao.F	
close		13:30 ~ 14:30 Basic Aina.T	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 心スリッパ未確定	16:30 ~ 17:30 Pilates Barre Sakura.s				
			17:30 ~ 18:30 Hip & Leg Ayano.m	close				
			close					
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 Basic Aina.T
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 Aina.T	19:30 ~ 20:30 Back & Arm 心スリッパ未確定
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 心スリッパ未確定	10:30 ~ 11:30 jump to burn Hitomi.a	close	10:30 ~ 11:30 Back & Arm 心スリッパ未確定	
	12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning Sakura.s	12:00 ~ 13:00 Pilates Cardio Chizuru.S	12:30 ~ 13:30 Back & Arm 心スリッパ未確定		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 Basic Aina.T	
	close	15:00 ~ 16:00 Hip & Leg Chizuru.S	16:30 ~ 17:30 Basic Aina.T		close	close
		17:30 ~ 18:30 Release & Strength Sakura.s				
		close				
	18:00 ~ 19:00 Pilates Workout Ayano.m	18:00 ~ 19:00 Back & Arm 心スリッパ未確定	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 Back & Arm Hitomi.a	21:00 ~ 22:00 Basic Aina.T				21:00 ~ 22:00 Release & Strength Sakura.s

: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週間前までにお申し込みしております。

*レッスンの開始時間1週間前までのキャンセルは尚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。