

07/01	07/02	07/03	07/04	07/05	07/06	07/07	07/08
水	木	金	土	日	月	火	水
10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Waist		Basic	Hip & Leg	Waist		Back & Arm	Release&Strength
Kotone.O		Satsuki.I	Kyoka.M	Kotone.O		kanako.t	Satsuki.I
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30
Pilates Barre		Hip & Leg	Basic	Beauty Conditioning		jump to burn	Waist
Sakura.s		kanako.t	Satsuki.I	Sakura.s		Kyoka.M	Kotone.O
close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close
		jump to burn	Body Balance	Waist		Basic	
		Satsuki.I	kanako.t	Kotone.O		kanako.t	
		close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close	
	Back & Arm		Pilates Barre				
Kyoka.M	Sakura.s						
17:30 ~ 18:30	Release&Strength	close					
Satsuki.I							
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
Pre Basic	Back & Arm	Waist			Body Balance	Pilates Barre	
Kyoka.M	kanako.t	Kotone.O			Satsuki.I	kanako.t	
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
Back & Arm	Waist	Beauty Conditioning			Waist	Hip & Leg	
Sakura.s	Kotone.O	Kyoka.M			Kotone.O	Kyoka.M	
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
jump to burn	Release&Strength	Pre Basic			Hip & Leg	Basic	
Kyoka.M	kanako.t	Kyoka.M			Satsuki.I	kanako.t	

07/09	07/10	07/11	07/12	07/13	07/14	07/15	07/16
木	金	土	日	月	火	水	木
close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close
	Pilates Workout	Basic	Release&Strength		Hip & Leg	Waist	
	Ayano.m	kanako.t	Satsuki.I		kanako.t	Kotone.O	
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	
	Waist	Hip & Leg	Waist		Pilates Barre	Beauty Conditioning	
	Kotone.O	Satsuki.I	Kotone.O		kanako.t	Kyoka.M	
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close	
	Pre Basic	Back & Arm	Basic		Waist		
	Ayano.m	kanako.t	Satsuki.I		Kotone.O		
	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close		
jump to burn		Waist					
Satsuki.I		Kotone.O					
17:30 ~ 18:30	Body Balance	close					
Satsuki.I							
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
jump to burn	Release&Strength			jump to burn	Shape up waist	Hip & Leg	
Kyoka.M	kanako.t			Satsuki.I	Ayano.m	Satsuki.I	
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			close	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
Basic	Shape up waist				Pre Basic	Back & Arm	Release&Strength
kanako.t	Ayano.m				Kyoka.M	kanako.t	Satsuki.I
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
Beauty Conditioning	Back & Arm				Body Balance	Pilates Workout	Waist
Kyoka.M	kanako.t			Satsuki.I	Ayano.m	Kotone.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 前橋モール 【 07/17 ~ 07/24 】 スケジュール 2026/06/13 更新

07/17	07/18	07/19	07/20	07/21	07/22	07/23	07/24
金	土	日	月	火	水	木	金
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30
Pre Basic	Waist	Back & Arm		Waist	Basic		Body Balance
Kyoka.M	Kotone.O	Kyoka.M		Kotone.O	kanako.t		Satsuki.I
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00
jump to burn	Basic	Hip & Leg		Body Balance	Waist		Basic
Satsuki.I	Kyoka.M	Hitomi.a		kanako.t	Kotone.O		kanako.t
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30
Hip & Leg	Waist	Pre Basic		Waist			jump to burn
Kyoka.M	Kotone.O	Kyoka.M		Kotone.O		close	Satsuki.I
	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30					
	Beauty Conditioning	Pilates Workout					
	Kyoka.M	Hitomi.a					
	17:30 ~ 18:30						
close	jump to burn		close	close	close		close
	Kyoka.M						
18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
Basic				Hip & Leg	jump to burn	Back & Arm	Waist
kanako.t				Satsuki.I	Kyoka.M	Kyoka.M	Kotone.O
19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
Waist				Back & Arm	Hip & Leg	Pilates Barre	Back & Arm
Kotone.O				kanako.t	Satsuki.I	kanako.t	Kyoka.M
21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
Pilates Barre				Basic	Beauty Conditioning	Hip & Leg	Pre Basic
kanako.t				Satsuki.I	Kyoka.M	kanako.t	Kyoka.M

pilatesK 前橋モール 【 07/25 ~ 07/31 】 スケジュール

07/25	07/26	07/27	07/28	07/29	07/30	07/31
土	日	月	火	水	木	金
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30
Pilates Workout	Waist		Pre Basic	Waist		Basic
Ayano.m	Kotone.O		Kyoka.M	Kotone.O		インストラクター未確定
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00
Back & Arm	Pilates Barre		Waist	Pilates Workout		Hip & Leg
Kyoka.M	kanako.t		Kotone.O	Ayano.m		kanako.t
13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30
Hip & Leg	Waist		Basic			Waist
Ayano.m	Kotone.O		Kyoka.M			Kotone.O
15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30					
Pre Basic	Release&Strength				close	
Kyoka.M	kanako.t					
17:30 ~ 18:30						
Shape up waist		close	close	close		close
Ayano.m						
			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
			Pilates Barre	Shape up waist	Basic	Body Balance
			kanako.t	Ayano.m	kanako.t	Satsuki.I
			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
			jump to burn	Beauty Conditioning	Waist	Pre Basic
			Kyoka.M	Kyoka.M	Kotone.O	Kyoka.M
			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
			Back & Arm	Basic	Release&Strength	jump to burn
			kanako.t	Kyoka.M	kanako.t	Satsuki.I

👉:体験可能レッスン
 ・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時間前迄にお願ひしております。
 ・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。