

pilatesK 前橋モール		【 09/01 ~ 09/08 】				スケジュール		2026/09/02 更新							
09/01		09/02		09/03		09/04		09/05		09/06		09/07		09/08	
火		水		木		金		土		日		月		火	
10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		close		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		close		10:30 ~ 11:30	
Basic 🍌		Body Balance				Pilates Workout		Pre Basic 🍌		Waist 🍌				Back & Arm 🍌	
Kotone.O		Satsuki.I				Kyoka.M		Ayano.m		Kotone.O				Satsuki.I	
12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30				12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30				12:00 ~ 13:00	
Pre Basic 🍌		Waist 🍌				Basic 🍌		Waist 🍌		Beauty Conditioning 🍌				Body Balance	
Kyoka.M		Kotone.O				Rika.I		Kotone.O		Kyoka.M				Satsuki.I	
13:30 ~ 14:30		close				13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30		14:30 ~ 15:30				13:30 ~ 14:30	
Waist 🍌						Hip Punch		Pilates Workout		Basic 🍌				Basic 🍌	
Kotone.O						Kyoka.M		Ayano.m		Kotone.O				Rika.I	
close						close		15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30				close	
				Basic 🍌				Shape up waist							
				Kotone.O				Kyoka.M							
				17:30 ~ 18:30				Release&Strength							
				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			
jump to burn				Hip & Leg 🍌		Basic 🍌		Waist 🍌		close		Beauty Conditioning 🍌			
Satsuki.I		Satsuki.I		Rika.I		Kotone.O		Kyoka.M							
19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30							
Basic 🍌		Back & Arm 🍌		jump to burn		Basic 🍌		Waist 🍌							
Rika.I		Satsuki.I		Satsuki.I		Kotone.O		Kotone.O							
21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00							
Back & Arm 🍌		Basic 🍌		Hip & Leg 🍌		Body Balance		Basic 🍌							
Satsuki.I		Rika.I		Satsuki.I		Satsuki.I		Kotone.O							

pilatesK 前橋モール		【 09/09 ~ 09/16 】				スケジュール		
09/09	09/10	09/11	09/12	09/13	09/14	09/15	09/16	
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	
Basic 🇯🇵		Beauty Conditioning 🇯🇵	Waist 🇯🇵	Basic 🇯🇵		Basic 🇯🇵	Hip & Leg 🇯🇵	
Rika.I		Kyoka.M	Kotone.O	Kotone.O		Rika.I	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	
Hip & Leg 🇯🇵		Pilates Workout	Release&Strength	Back & Arm 🇯🇵		Shape up waist	Waist 🇯🇵	
Satsuki.I		Kyoka.M	Satsuki.I	Satsuki.I		Kyoka.M	Kotone.O	
close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close	
		Basic 🇯🇵	Waist 🇯🇵	Body Balance		Basic 🇯🇵		
		Rika.I	Kotone.O	Satsuki.I		Rika.I		
		close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close		
			Hip & Leg 🇯🇵	Waist 🇯🇵				
			Satsuki.I	Kotone.O				
			17:30 ~ 18:30	close				
			jump to burn					
			Satsuki.I					
		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00
		Waist 🇯🇵	Hip Punch	Pre Basic 🇯🇵		Back & Arm 🇯🇵		Shape up waist
		Kotone.O	Kyoka.M	Ayano.m		Satsuki.I		Kyoka.M
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	close	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
jump to burn	Basic 🇯🇵	Waist 🇯🇵		Pilates Workout	Basic 🇯🇵			
Kyoka.M	Rika.I	Kotone.O		Kyoka.M	Rika.I			
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
Pre Basic 🇯🇵	Back & Arm 🇯🇵	Release&Strength		Hip & Leg 🇯🇵	Beauty Conditioning 🇯🇵			
Kyoka.M	Kyoka.M	Ayano.m		Satsuki.I	Kyoka.M			

：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時間前を切つ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。

2026/09/02 更新

pilatesK 前橋モール			【 09/25 09/30 】			スケジュール					
09/25		09/26		09/27		09/28		09/29		09/30	
金		土		日		月		火		水	
10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		close		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	
Basic 🍌		Waist 🍌		Hip & Leg 🍌				Basic 🍌		Basic 🍌	
Rika.I		Kotone.O		Satsuki.I				Rika.I		Rika.I	
12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30				12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30	
Beauty Conditioning 🍌		Basic 🍌		Waist 🍌				Release&Strength		Waist 🍌	
Kyoka.M		Rika.I		Kotone.O				Ayano.m		Kotone.O	
13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30		14:30 ~ 15:30				13:30 ~ 14:30		close	
Pre Basic 🍌		Release&Strength		Basic 🍌				Basic 🍌			
Kyoka.M		Satsuki.I		Kotone.O				Rika.I			
close		15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30				close			
		Back & Arm 🍌		Body Balance							
		Satsuki.I		Satsuki.I							
		17:30 ~ 18:30		close							
Waist 🍌											
Kotone.O											
18:00 ~ 19:00		close		close		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00			
Waist 🍌						Shape up waist		Hip & Leg 🍌			
Kotone.O						Ayano.m		Satsuki.I			
19:30 ~ 20:30						19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30			
Basic 🍌						Basic 🍌		Beauty Conditioning 🍌			
Kotone.O		close		close		Kyoka.M		Kyoka.M			
21:00 ~ 22:00						21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00			
jump to burn						Waist 🍌		jump to burn			
Kyoka.M						Kotone.O		Satsuki.I			

● **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週間前迄にお願いしております。
- レッスン開始時刻1時間前を切つ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2回以上で、翌月の体験可能回数1回に制限されます。