

pilatesK 高崎店		【 10/01 ~ 10/08 】			スケジュール		2026/09/13 更新	
10/01	10/02	10/03	10/04	10/05	10/06	10/07	10/08	
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	
	Style up Pilates	Waist 🌿	Pilates Cardio		Back&Arm 🌿	Pre Basic 🌿		
	Sakura.s	Miyuu.T	Satsuki.I		yukino.m	Hitomi.a		
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		
	Pre Basic 🌿	Pilates Barre	Beauty Conditioning 🌿		Basic 🌿	Pilates Workout		
	yukino.m	Sakura.s	Sakura.s		yukino.m	Hitomi.a		
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30			
	Hip&Leg 🌿	Pilates Workout	Style up Pilates		Waist 🌿			
	yukino.m	Hitomi.a	Sakura.s		Hitomi.a			
	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close			close
		Basic 🌿	Body Balance					
		Miyuu.T	Satsuki.I					
		17:30 ~ 18:30						
		Hip&Leg 🌿						
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		
Pre Basic 🌿	Waist 🌿			Beauty Conditioning 🌿	Back&Arm 🌿	Hip&Leg 🌿		
Hitomi.a	Miyuu.T			Sakura.s	Miyuu.T	Hitomi.a		
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
Waist 🌿	Pilates Barre			Pilates Workout	Basic 🌿	Back&Arm 🌿		
Miyuu.T	yukino.m			Hitomi.a	Miyuu.T	Hitomi.a		
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		
Hip&Leg 🌿	Back&Arm 🌿			Style up Pilates	Release&Strength	Basic 🌿		
Hitomi.a	Miyuu.T			Sakura.s	Sakura.s	Miyuu.T		

pilatesK 高崎店		【 10/09 ~ 10/16 】 スケジュール						
10/09	10/10	10/11	10/12	10/13	10/14	10/15	10/16	
金	土	日	月	火	水	木	金	
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	
Waist 🌿	Body Balance	Pilates Workout		Pilates Cardio	Basic 🌿		Hip & Leg 🌿	
Miyuu.T	maya.k	Hitomi.a		maya.k	Hitomi.a		Sakura.s	
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	
Pilates Barre	Back & Arm 🌿	Release&Strength		Back & Arm 🌿	Waist 🌿		Beauty Conditioning 🌿	
Sakura.s	Miyuu.T	Sakura.s		Sakura.s	Miyuu.T		yukino.m	
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	
Back & Arm 🌿	Pre Basic 🌿	Basic 🌿		Body Balance			Style up Pilates	
Miyuu.T	Hitomi.a	Hitomi.a		maya.k			Sakura.s	
close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close	close		close	close
	Pilates Cardio	Style up Pilates						
	maya.k	Sakura.s						
	17:30 ~ 18:30							
	Waist 🌿							
	Miyuu.T							
18:00 ~ 19:00	close	close		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
Pilates Workout				Basic 🌿	Release&Strength	Pre Basic 🌿	Back & Arm 🌿	
Kyoka.M				Hitomi.a	Sakura.s	Kyoka.M	Miyuu.T	
19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
Hip & Leg 🌿				Pilates Barre	Back & Arm 🌿	Beauty Conditioning 🌿	Waist 🌿	
Sakura.s				Sakura.s	Miyuu.T	Sakura.s	Miyuu.T	
21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
Pre Basic 🌿				Waist 🌿	Style up Pilates	Pilates Workout	Basic 🌿	
Kyoka.M				Hitomi.a	Sakura.s	Kyoka.M	yukino.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時間前を切った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。

スケジュール

更新

10/17	10/18	10/19	10/20	10/21	10/22	10/23	10/24		
土	日	月	火	水	木	金	土		
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		
Pilates Barre	Waist 🇯🇵		Pre Basic 🇯🇵	Pilates Workout		Style up Pilates	Hip & Leg 🇯🇵		
Sakura.s	Miyuu.T		Hitomi.a	Hitomi.a		Sakura.s	maya.k		
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		
Waist 🇯🇵	Pilates Workout		Beauty Conditioning 🇯🇵	Back & Arm 🇯🇵		Waist 🇯🇵	Basic 🇯🇵		
Miyuu.T	Hitomi.a		Sakura.s	yukino.m		Hitomi.a	Miyuu.T		
13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		
Release&Strength	Back & Arm 🇯🇵		Hip & Leg 🇯🇵			Release&Strength	Pilates Cardio		
Sakura.s	Miyuu.T		Hitomi.a			Sakura.s	maya.k		
15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close			close	close	15:00 ~ 16:00	
Back & Arm 🇯🇵	Pre Basic 🇯🇵							Waist 🇯🇵	
Miyuu.T	Hitomi.a							Miyuu.T	
17:30 ~ 18:30	close							17:30 ~ 18:30	
Basic 🇯🇵								Body Balance	
Miyuu.T		maya.k							
close		close			18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
				Waist 🇯🇵	Pilates Barre			Pilates Workout	Beauty Conditioning 🇯🇵
				Miyuu.T	Sakura.s			Kyoka.M	yukino.m
				19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
			Style up Pilates	Basic 🇯🇵	Release&Strength	Hip & Leg 🇯🇵			
			Sakura.s	Miyuu.T	Sakura.s	Hitomi.a			
			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
Back & Arm 🇯🇵	Beauty Conditioning 🇯🇵	Pre Basic 🇯🇵	Pilates Barre						
Miyuu.T	Sakura.s	Kyoka.M	yukino.m	close					

スケジュール

10/25 日	10/26 月	10/27 火	10/28 水	10/29 木	10/30 金	10/31 土				
10:30 ~ 11:30 Basic 🍌	close	10:30 ~ 11:30 Waist 🍌	10:30 ~ 11:30 Back & Arm 🍌	close	10:30 ~ 11:30 Basic 🍌	10:30 ~ 11:30 Beauty Conditioning 🍌				
Miyuu.T		Miyuu.T	Chisato.H		Miyuu.T	yukino.m				
12:30 ~ 13:30 Body Balance		12:00 ~ 13:00 Pilates Barre	12:30 ~ 13:30 Basic 🍌		12:00 ~ 13:00 Hip & Leg 🍌	12:00 ~ 13:00 Pilates Workout				
maya.k		yukino.m	Chisato.H		Hitomi.a	Hitomi.a				
14:30 ~ 15:30 Waist 🍌		13:30 ~ 14:30 Basic 🍌	close		13:30 ~ 14:30 Back & Arm 🍌	13:30 ~ 14:30 Pilates Barre				
Miyuu.T		Miyuu.T			Miyuu.T	yukino.m				
16:30 ~ 17:30 Pilates Cardio		close			close	close	15:00 ~ 16:00 Hip & Leg 🍌			
maya.k							Hitomi.a			
close			17:30 ~ 18:30 Style up Pilates							
			Sakura.s							
			close				18:00 ~ 19:00 Pilates Workout	18:00 ~ 19:00 Pre Basic 🍌	18:00 ~ 19:00 Body Balance	18:00 ~ 19:00 Style up Pilates
							Hitomi.a	Hitomi.a	Satsuki.I	Sakura.s
							19:30 ~ 20:30 Beauty Conditioning 🍌	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg 🍌	19:30 ~ 20:30 Back & Arm 🍌	19:30 ~ 20:30 Pre Basic 🍌
							yukino.m	Hitomi.a	Sakura.s	Hitomi.a
	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg 🍌			21:00 ~ 22:00 Waist 🍌			21:00 ~ 22:00 Pilates Cardio	21:00 ~ 22:00 Release&Strength		
	Hitomi.a			Miyuu.T			Satsuki.I	Sakura.s		

※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。