

pilatesK 前橋モール		【 09/01 ~ 09/08 】		スケジュール		2026/09/08 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	close	15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30	close
					Basic 🍌		Shape up waist	
					Kotone,O		Kyoka,M	
					17:30 ~ 18:30		close	
					Release&Strength			
Ayano,m								
18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	18:00 ~ 19:00		
jump to burn	Hip & Leg 🍌	Basic 🍌	Waist 🍌	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	close	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		close	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	close	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。

pilatesK 前橋モール

【 09/17 ~ 09/24 】 スケジュール

2026/09/08 更新

09/17	09/18	09/19	09/20	09/21	09/22	09/23	09/24		
木	金	土	日	月	火	水	木		
close	10:30 ~ 11:30 Waist👉 Kotone,O	10:30 ~ 11:30 Basic👉 Rika,I	10:30 ~ 11:30 Shape up waist Ayano,m	close	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg👉 Satsuki,I	10:30 ~ 11:30 Pre Basic👉 Kyoka,M	close		
	12:00 ~ 13:00 Basic👉 Rika,I	12:00 ~ 13:00 Back & Arm👉 Kyoka,M	12:30 ~ 13:30 Basic👉 Rika,I		12:00 ~ 13:00 Waist👉 Kotone,O	12:00 ~ 13:00 Pilates Workout Ayano,m			
	13:30 ~ 14:30 Waist👉 Kotone,O	13:30 ~ 14:30 Basic👉 Rika,I	14:30 ~ 15:30 Hip & Leg👉 Ayano,m		13:30 ~ 14:30 Basic👉 Rika,I	13:30 ~ 14:30 Back & Arm👉 Kyoka,M			
	close	15:00 ~ 16:00 Pilates Workout Kyoka,M	16:30 ~ 17:30 Basic👉 Rika,I		15:00 ~ 16:00 jump to burn Satsuki,I	15:00 ~ 16:00 Release&Strength Ayano,m			
		17:30 ~ 18:30 Beauty Conditioning👉 Kyoka,M	close		17:30 ~ 18:30 Basic👉 Rika,I	17:30 ~ 18:30 Hip Punch Kyoka,M			
		close			close	close		close	
	18:00 ~ 19:00 Waist👉 Kotone,O	18:00 ~ 19:00 Beauty Conditioning👉 Kyoka,M	close		close	close		close	18:00 ~ 19:00 Body Balance Satsuki,I
	19:30 ~ 20:30 Hip Punch Kyoka,M	19:30 ~ 20:30 Pilates Workout Kyoka,M							19:30 ~ 20:30 Hip & Leg👉 Satsuki,I
	21:00 ~ 22:00 Pre Basic👉 Kyoka,M	21:00 ~ 22:00 Basic👉 Kotone,O							21:00 ~ 22:00 Basic👉 Rika,I

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	Kyoka,M		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	Kotone,O	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	Rika,I		Rika,I	
close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close	
	Back & Arm👉	Hip Punch			
	Satsuki,I	Kyoka,M			
	17:30 ~ 18:30	close			
	Waist👉				
Kotone,O	close				
18:00 ~ 19:00		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	Kotone,O	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。