

スケジュール

100

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

※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		【 11/17 ~ 11/24 】				スケジュール		2026/10/13 更新
11/17	11/18	11/19	11/20	11/21	11/22	11/23	11/24	
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	
Hip Punch	Pilates Workout		Hip & Leg 🌿	Waist 🌿	Back & Arm 🌿		Beauty Conditioning 🌿	
Kyoka.M	Kyoka.M		Satsuki.I	Kotone.O	maya.k		Rika.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	
Waist 🌿	Hip & Leg 🌿		Basic 🌿	Shape up waist	Basic 🌿		Pilates Workout	
Kotone.O	Kotone.O		Rika.I	Kyoka.M	Kotone.O		Kyoka.M	
13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	
Body Balance			jump to burn	Hip & Leg 🌿	Body Balance		Basic 🌿	
Kyoka.M			Satsuki.I	Kotone.O	maya.k		Rika.I	
close			close	close	15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30	close
					Pre Basic 🌿		Waist 🌿	
					Kyoka.M		Kotone.O	
					17:30 ~ 18:30		close	
					Hip Punch			
Kyoka.M								
18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			
Shape up waist			Basic 🌿	Hip & Leg 🌿	Hip Punch			
Satsuki.I			Rika.I	Kotone.O	Kyoka.M		Satsuki.I	
19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	
Hip & Leg 🌿	Body Balance	Back & Arm 🌿	Waist 🌿	Hip Punch	close			
Kotone.O	Satsuki.I	Rika.I	Satsuki.I	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	Beauty Conditioning 🌿	Basic 🌿	Pre Basic 🌿	Waist 🌿				
Satsuki.I	Rika.I	Kotone.O	Kyoka.M	Satsuki.I				

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