



pilates

pilates K 宇都宮店 Lesson Schedule

更新日2024/7/15

2024/8/1~2024/8/15

Let's have fun with all pilates lovers♡

	8月1日(木)	8月2日(金)	8月3日(土)	8月4日(日)	8月5日(月)	8月6日(火)	8月7日(水)	8月8日(木)	
10:30		10:30~11:30 Basic 📍 Aya.M	10:30~11:30 Back&Arm 📍 Mifuyu	10:30~11:30 Basic 📍 Aya.M	close	10:30~11:30 Hip&Leg 📍 Mifuyu	10:30~11:30 Back&Arm 📍 Yachi		
12:00									
13:30		12:30~13:30 Hip&Leg 📍 Mifuyu	12:30~13:30 Basic 📍 Aya.M	12:30~13:30 Hip&Leg 📍 Asuka.K			12:30~13:30 Basic 📍 Asuka.K	12:30~13:30 Stretch&Conditioning 📍 Mifuyu	
15:00			14:30~15:30 Hip&Leg 📍 Asuka.K	14:30~15:30 Basic 📍 Aya.M					
				16:30~17:30 Stretch&Conditioning 📍 Yachi					
17:00			17:00~18:00 Basic 📍 Mifuyu						
18:00	18:00~19:00 Waist 📍 Yachi	18:00~19:00 Basic 📍 Asuka.K					18:00~19:00 Waist 📍 Yachi	18:00~19:00 Basic 📍 Asuka.K	18:00~19:00 Hip&Leg 📍 Asuka.K
19:30									
	20:30~21:30 Back&Arm 📍 Mifuyu	20:30~21:30 Stretch&Conditioning 📍 Yachi					20:30~21:30 Basic 📍 Asuka.K	20:30~21:30 Hip&Leg 📍 Mifuyu	20:30~21:30 Basic 📍 Aya.M
21:00									

	8月9日(金)	8月10日(土)	8月11日(日)	8月12日(月)	8月13日(火)	8月14日(水)	8月15日(木)	
10:30	10:30~11:30 Waist 📍 Yachi	10:30~11:30 Basic 📍 Aya.M	10:30~11:30 Stretch&Conditioning 📍 Yachi	close	10:30~11:30 Back&Arm 📍 Yachi	10:30~11:30 Basic 📍 Asuka.K		
12:00								
13:30		12:30~13:30 Basic 📍 Asuka.K	12:30~13:30 Back&Arm 📍 Mifuyu			12:30~13:30 Basic 📍 Aya.M	12:30~13:30 Back&Arm 📍 Yachi	
15:00		14:30~15:30 Basic 📍 Yachi	14:30~15:30 Waist 📍 Yachi					
			16:30~17:30 Basic 📍 Aya.M					
17:00		17:00~18:00 Hip&Leg 📍 Asuka.K						
18:00	18:00~19:00 Hip&Leg 📍 Mifuyu					18:00~19:00 Basic 📍 Asuka.K	18:00~19:00 Hip&Leg 📍 Asuka.K	18:00~19:00 Basic 📍 Aya.M
19:30								
	20:30~21:30 Basic 📍 Aya.M					20:30~21:30 Waist 📍 Yachi	20:30~21:30 Basic 📍 Aya.M	20:30~21:30 Stretch&Conditioning 📍 Mifuyu
21:00								

📍：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。



pilates

pilates K 宇都宮店 Lesson Schedule

2024/8/16~2024/8/31

	8月16日(金)	8月17日(土)	8月18日(日)	8月19日(月)	8月20日(火)	8月21日(水)	8月22日(木)	8月23日(金)							
10:30	10:30~11:30 Basic ♪ Aya.M	10:30~11:30 Waist ♪ Aya.M	10:30~11:30 Hip&Leg ♪ Asuka.K	close	10:30~11:30 Back&Arm ♪ Yachi	10:30~11:30 Hip&Leg ♪ Yachi		10:30~11:30 Stretch&Conditioning ♪ Yachi							
12:00	12:30~13:30 Back&Arm ♪ Mifuyu	12:30~13:30 Basic ♪ Yachi	12:30~13:30 Back&Arm ♪ Mifuyu		12:30~13:30 Waist ♪ Aya.M	12:30~13:30 Basic ♪ Asuka.K		12:30~13:30 Basic ♪ Asuka.K							
13:30		14:30~15:30 Hip&Leg ♪ Mifuyu	14:30~15:30 Basic ♪ Asuka.K												
15:00			16:30~17:30 Stretch&Conditioning ♪ Mifuyu												
17:00			17:00~18:00 Back&Arm ♪ Yachi												
18:00			18:00~19:00 Waist ♪ Yachi												
19:30	20:30~21:30 Hip&Leg ♪ Mifuyu				20:30~21:30 Basic ♪ Aya.M	20:30~21:30 Waist ♪ Aya.M		20:30~21:30 Back&Arm ♪ Mifuyu	20:30~21:30 Waist ♪ Yachi						
21:00															

	8月24日(土)	8月25日(日)	8月26日(月)	8月27日(火)	8月28日(水)	8月29日(木)	8月30日(金)	8月31日(土)								
10:30	10:30~11:30 Basic ♪ Asuka.K	10:30~11:30 Hip&Leg ♪ Mifuyu	close	10:30~11:30 Basic ♪ Asuka.K	10:30~11:30 Basic ♪ Asuka.K		10:30~11:30 Basic ♪ Aya.M	10:30~11:30 Basic ♪ Asuka.K								
12:00	12:30~13:30 Waist ♪ Yachi	12:30~13:30 Basic ♪ Aya.M		12:30~13:30 Waist ♪ Yachi	12:30~13:30 Back&Arm ♪ Yachi		12:30~13:30 Back&Arm ♪ Mifuyu	12:30~13:30 Waist ♪ Aya.M								
13:30	14:30~15:30 Stretch&Conditioning ♪ Mifuyu	14:30~15:30 Back&Arm ♪ Mifuyu							14:30~15:30 Hip&Leg ♪ Asuka.K							
15:00		16:30~17:30 Basic ♪ Asuka.K														
17:00		17:00~18:00 Back&Arm ♪ Yachi											18:00~19:00 Stretch&Conditioning ♪ Yachi	18:00~19:00 Waist ♪ Aya.M	18:00~19:00 Basic ♪ Aya.M	18:00~19:00 Hip&Leg ♪ Mifuyu
18:00														20:30~21:30 Waist ♪ Aya.M	20:30~21:30 Hip&Leg ♪ Asuka.K	20:30~21:30 Back&Arm ♪ Mifuyu
19:30																
21:00																

♪: 体験可能レッスン

今月も一緒にピラティスを楽しみましょう！

STUDIO INFO

☎専用ダイヤル：0570-050-055

受付時間：9:00~18:00

※上記受付時間外はお電話でのご予約は承っておりません。インターネットからのご予約をご利用下さい（24時間受付）