

pilates K 宇都宮店		【 06/01 ~ 06/08 】		スケジュール		2025/5/22 更新	
06/01	06/02	06/03	06/04	06/05	06/06	06/07	06/08
日	月	火	水	木	金	土	日
10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio Itsuki	close	10:30 ~ 11:30 Basic Asuka.K	10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning MAI.I		10:30 ~ 11:30 Waist MAI.I	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre Asuka.K	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Asuka.K
12:30 ~ 13:30 Basic Aika.N		12:00 ~ 13:00 Waist Aika.N	12:30 ~ 13:30 Pilates Barre Asuka.K		12:00 ~ 13:00 Pilates Workout Itsuki	12:00 ~ 13:00 Basic MAI.I	12:30 ~ 13:30 Waist MAI.I
14:30 ~ 15:30 Release&Strength Itsuki		13:30 ~ 14:30 jump to burn Asuka.K			13:30 ~ 14:30 Basic MAI.I	13:30 ~ 14:30 Back & Arm Aika.N	14:30 ~ 15:30 Basic MAI.I
16:30 ~ 17:30 Hip & Leg Aika.N						15:00 ~ 16:00 Pilates Cardio Itsuki	16:30 ~ 17:30 jump to burn Asuka.K
						17:30 ~ 18:30 Hip & Leg Aika.N	
		18:00 ~ 19:00 Shape up waist Itsuki	18:00 ~ 19:00 Back & Arm Aika.N	18:00 ~ 19:00 jump to burn Asuka.K	18:00 ~ 19:00 Basic Aika.N		
		19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Aika.N	19:30 ~ 20:30 Basic MAI.I	19:30 ~ 20:30 Back & Arm Aika.N	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Aika.N		
		21:00 ~ 22:00 Basic Itsuki	21:00 ~ 22:00 Waist Aika.N	21:00 ~ 22:00 Basic Asuka.K	21:00 ~ 22:00 Release&Strength Itsuki		

pilates K 宇都宮店		【 06/09 ~ 06/16 】		スケジュール		2025/5/22 更新	
06/09	06/10	06/11	06/12	06/13	06/14	06/15	06/16
月	火	水	木	金	土	日	月
close	10:30 ~ 11:30 Pilates Workout Itsuki	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Aika.N		10:30 ~ 11:30 Basic Aika.N	10:30 ~ 11:30 Release&Strength Itsuki	10:30 ~ 11:30 Basic Aika.N	close
	12:00 ~ 13:00 Basic Asuka.K	12:30 ~ 13:30 Shape up waist Itsuki		12:00 ~ 13:00 Back & Arm Aika.N	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Aika.N	12:30 ~ 13:30 Pilates Workout Itsuki	
	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Itsuki			13:30 ~ 14:30 Shape up waist Itsuki	13:30 ~ 14:30 Basic MAI.I	14:30 ~ 15:30 Hip & Leg Asuka.K	
					15:00 ~ 16:00 Back & Arm Aika.N	16:30 ~ 17:30 Pilates Cardio Itsuki	
					17:30 ~ 18:30 Waist MAI.I		
	18:00 ~ 19:00 Pilates Barre Asuka.K	18:00 ~ 19:00 jump to burn Asuka.K	18:00 ~ 19:00 Basic MAI.I	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Asuka.K			
	19:30 ~ 20:30 Basic MAI.I	19:30 ~ 20:30 Waist MAI.I	19:30 ~ 20:30 Pilates Barre Asuka.K	19:30 ~ 20:30 Basic MAI.I			
	21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning MAI.I	21:00 ~ 22:00 Basic Asuka.K	21:00 ~ 22:00 Waist MAI.I	21:00 ~ 22:00 jump to burn Asuka.K			

👉：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(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 K 宇都宮店		【 06/17 ~ 06/24 】		スケジュール		2025/5/22	更新
06/17	06/18	06/19	06/20	06/21	06/22	06/23	06/24
火	水	木	金	土	日	月	火
10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 インストラクター未定	10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 インストラクター未定		10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 インストラクター未定	10:30 ~ 11:30 Waist 🍃 MALI	10:30 ~ 11:30 Back & Arm 🍃 Aika.N	close	10:30 ~ 11:30 Back & Arm 🍃 Aika.N
12:00 ~ 13:00 Pilates Cardio Itsuki	12:30 ~ 13:30 Back & Arm 🍃 Aika.N		12:00 ~ 13:00 Waist 🍃 MALI	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg 🍃 Aika.N	12:00 ~ 13:00 Basic 🍃 インストラクター未定		12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning 🍃 MALI
13:30 ~ 14:30 Basic 🍃 インストラクター未定			13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning 🍃 MALI	13:30 ~ 14:30 Back & Arm 🍃 Aika.N	14:30 ~ 15:30 Hip & Leg 🍃 Aika.N		13:30 ~ 14:30 Hip & Leg 🍃 Aika.N
				15:00 ~ 16:00 Pilates Workout Itsuki	16:30 ~ 17:30 Basic 🍃 インストラクター未定		
				17:30 ~ 18:30 Basic 🍃 MALI			
18:00 ~ 19:00 Stretch & Conditioning 🍃 MALI	18:00 ~ 19:00 Waist 🍃 MALI	18:00 ~ 19:00 Pilates Workout Itsuki	18:00 ~ 19:00 Basic 🍃 インストラクター未定				18:00 ~ 19:00 Basic 🍃 インストラクター未定
19:30 ~ 20:30 Pilates Barre Itsuki	19:30 ~ 20:30 Basic 🍃 MALI	19:30 ~ 20:30 Back & Arm 🍃 Aika.N	19:30 ~ 20:30 Jump to burn Itsuki				19:30 ~ 20:30 Waist 🍃 MALI
21:00 ~ 22:00 Waist 🍃 MALI	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg 🍃 Aika.N	21:00 ~ 22:00 Basic 🍃 Itsuki	21:00 ~ 22:00 Shape up waist Itsuki				21:00 ~ 22:00 Basic 🍃 インストラクター未定

pilates K 宇都宮店		【 06/25 ~ 06/30 】		スケジュール		2025/5/22	更新
06/25	06/26	06/27	06/28	06/29	06/30		
水	木	金	土	日	月		
10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 Aika.N		10:30 ~ 11:30 Back & Arm 🍃 Itsuki	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg 🍃 Aika.N	10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 インストラクター未定	close		
12:30 ~ 13:30 Pilates Workout Itsuki		12:00 ~ 13:00 Hip & Leg 🍃 Aika.N	12:00 ~ 13:00 Pilates Cardio Itsuki	12:30 ~ 13:30 Pilates Workout Itsuki			
		13:30 ~ 14:30 Jump to burn Itsuki	13:30 ~ 14:30 Basic 🍃 インストラクター未定	14:30 ~ 15:30 Waist 🍃 MALI			
			15:00 ~ 16:00 Shape up waist Itsuki	16:30 ~ 17:30 Basic 🍃 インストラクター未定			
			17:30 ~ 18:30 Stretch & Conditioning 🍃 MALI				
18:00 ~ 19:00 Waist 🍃 MALI	18:00 ~ 19:00 Back & Arm 🍃 Aika.N	18:00 ~ 19:00 Waist 🍃 MALI					
19:30 ~ 20:30 Stretch & Conditioning 🍃 MALI	19:30 ~ 20:30 Pilates Cardio Itsuki	19:30 ~ 20:30 Basic 🍃 インストラクター未定					
21:00 ~ 22:00 Basic 🍃 インストラクター未定	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg 🍃 Aika.N	21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning 🍃 MALI					

🍃 : 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。