

pilates K 宇都宮店		【 08/01 ~ 08/08 】		スケジュール		2025/7/16	更新
08/01	08/02	08/03	08/04	08/05	08/06	08/07	08/08
金	土	日	月	火	水	木	金
10:30 ~ 11:30 Back&Arm Aika.N	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre Asuka.K	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Asuka.K	close	10:30 ~ 11:30 Waist MALI	10:30 ~ 11:30 Basic MALI		10:30 ~ 11:30 Release&Strength Itsuki
12:00 ~ 13:00 Pilates Workout Itsuki	12:00 ~ 13:00 Back & Arm Aika.N	12:30 ~ 13:30 Basic Aika.N		12:00 ~ 13:00 Pilates Cardio Itsuki	12:30 ~ 13:30 Shape up waist Itsuki		12:00 ~ 13:00 Basic MALI
13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Aika.N	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Asuka.K	14:30 ~ 15:30 jump to burn Asuka.K		13:30 ~ 14:30 Basic Itsuki			13:30 ~ 14:30 Pilates Workout Itsuki
	15:00 ~ 16:00 Pilates Cardio Itsuki	16:30 ~ 17:30 Back & Arm Aika.N					
	17:30 ~ 18:30 Basic Aika.N						
18:00 ~ 19:00 Basic MALI				18:00 ~ 19:00 jump to burn Asuka.K	18:00 ~ 19:00 Back & Arm Aika.N	18:00 ~ 19:00 Pilates Barre Asuka.K	18:00 ~ 19:00 Waist Aika.N
19:30 ~ 20:30 Release&Strength Itsuki				19:30 ~ 20:30 Back & Arm Aika.N	19:30 ~ 20:30 Waist Asuka.K	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Aika.N	19:30 ~ 20:30 jump to burn Asuka.K
21:00 ~ 22:00 Waist MALI				21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Asuka.K	21:00 ~ 22:00 Body Balance Aika.N	21:00 ~ 22:00 Basic Asuka.K	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Aika.N

pilates K 宇都宮店		【 08/09 ~ 08/16 】		スケジュール		2025/7/16	更新
08/09	08/10	08/11	08/12	08/13	08/14	08/15	08/16
土	日	月	火	水	木	金	土
10:30 ~ 11:30 Basic MALI	10:30 ~ 11:30 Shape up waist Itsuki	close	10:30 ~ 11:30 Basic Asuka.K	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Aika.N		10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Asuka.K	10:30 ~ 11:30 Waist Asuka.K
12:00 ~ 13:00 Back & Arm Itsuki	12:30 ~ 13:30 Basic MALI		12:00 ~ 13:00 Body Balance Aika.N	12:30 ~ 13:30 jump to burn Asuka.K		12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning MALI	12:00 ~ 13:00 Basic Aika.N
13:30 ~ 14:30 Waist MALI	14:30 ~ 15:30 Pilates Barre Itsuki		13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Asuka.K			13:30 ~ 14:30 jump to burn Asuka.K	13:30 ~ 14:30 Pilates Workout Itsuki
15:00 ~ 16:00 Pilates Cardio Itsuki	16:30 ~ 17:30 Waist MALI						15:00 ~ 16:00 Release&Strength Asuka.K
17:30 ~ 18:30 Stretch & Conditioning MALI							17:30 ~ 18:30 Back & Arm Itsuki
			18:00 ~ 19:00 Basic MALI	18:00 ~ 19:00 Pilates Cardio Itsuki	18:00 ~ 19:00 Basic MALI	18:00 ~ 19:00 Shape up waist Itsuki	
			19:30 ~ 20:30 Pilates Barre Itsuki	19:30 ~ 20:30 Basic Aika.N	19:30 ~ 20:30 Waist MALI	19:30 ~ 20:30 Back & Arm Itsuki	
			21:00 ~ 22:00 Waist MALI	21:00 ~ 22:00 Pilates Workout Itsuki	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Aika.N	21:00 ~ 22:00 Basic MALI	

・体験可能レッスン
 ・クラスの個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 時間前まで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。

pilates K 宇都宮店 【 08/17 ~ 08/24 】 スケジュール								2025/7/16	更新
08/17	08/18	08/19	08/20	08/21	08/22	08/23	08/24		
日	月	火	水	木	金	土	日		
10:30 ~ 11:30 Back&Arm Aika.N	close	10:30 ~ 11:30 Waist MALI	10:30 ~ 11:30 Body Balance Itsuki		10:30 ~ 11:30 Basic MALI	10:30 ~ 11:30 Release&Strength Asuka.K	10:30 ~ 11:30 Body Balance Aika.N		
12:30 ~ 13:30 Basic MALI		12:00 ~ 13:00 Hip&Leg Asuka.K	12:30 ~ 13:30 Basic MALI		12:00 ~ 13:00 Shape up waist Itsuki	12:00 ~ 13:00 Waist MALI	12:30 ~ 13:30 Basic Asuka.K		
14:30 ~ 15:30 Body Balance Aika.N		13:30 ~ 14:30 Basic MALI			13:30 ~ 14:30 Stretch&Conditioning MALI	13:30 ~ 14:30 Hip&Leg Asuka.K	14:30 ~ 15:30 Waist MALI		
16:30 ~ 17:30 Basic MALI						15:00 ~ 16:00 Basic MALI	16:30 ~ 17:30 Back&Arm Aika.N		
						17:30 ~ 18:30 jump to burn Asuka.K			
		18:00 ~ 19:00 Pilates Workout Itsuki	18:00 ~ 19:00 Basic Aika.N	18:00 ~ 19:00 Waist Asuka.K	18:00 ~ 19:00 Basic Aika.N				
		19:30 ~ 20:30 Back&Arm Itsuki	19:30 ~ 20:30 Pilates Barre Asuka.K	19:30 ~ 20:30 Basic Aika.N	19:30 ~ 20:30 Pilates Cardio Itsuki				
		21:00 ~ 22:00 Basic Asuka.K	21:00 ~ 22:00 Hip&Leg Aika.N	21:00 ~ 22:00 jump to burn Asuka.K	21:00 ~ 22:00 Back&Arm Aika.N				

pilates K 宇都宮店 【 08/25 ~ 08/31 】 スケジュール								2025/7/16	更新
08/25	08/26	08/27	08/28	08/29	08/30	08/31			
月	火	水	木	金	土	日			
close	10:30 ~ 11:30 Basic Aika.N	10:30 ~ 11:30 jump to burn Asuka.K		10:30 ~ 11:30 Waist Aika.N	10:30 ~ 11:30 Back&Arm Itsuki	10:30 ~ 11:30 Hip&Leg Asuka.K			
	12:00 ~ 13:00 Pilates Barre Asuka.K	12:30 ~ 13:30 Hip&Leg Aika.N		12:00 ~ 13:00 Basic MALI	12:00 ~ 13:00 jump to burn Asuka.K	12:30 ~ 13:30 Pilates Cardio Itsuki			
	13:30 ~ 14:30 Back&Arm Aika.N			13:30 ~ 14:30 Body Balance Aika.N	13:30 ~ 14:30 Basic MALI	14:30 ~ 15:30 Back&Arm Aika.N			
					15:00 ~ 16:00 Shape up waist Itsuki	16:30 ~ 17:30 Basic MALI			
					17:30 ~ 18:30 Hip&Leg Asuka.K				
	18:00 ~ 19:00 Basic MALI	18:00 ~ 19:00 Body Balance Itsuki	18:00 ~ 19:00 Pilates Cardio Itsuki	18:00 ~ 19:00 Hip&Leg Asuka.K					
	19:30 ~ 20:30 Waist MALI	19:30 ~ 20:30 Basic Aika.N	19:30 ~ 20:30 Stretch&Conditioning MALI	19:30 ~ 20:30 Basic MALI					
	21:00 ~ 22:00 jump to burn Asuka.K	21:00 ~ 22:00 Shape up waist Itsuki	21:00 ~ 22:00 Basic Itsuki	21:00 ~ 22:00 Release&Strength Asuka.K					

・休職可能レッスン
・クラスの曜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サイトまでご確認ください。
・ご予約されたレッスンをキャンセルされる場合は、1週間前迄にお願いたします。
・レッスン開始時間1時間前迄の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。