


pilatesK 宇都宮店		【 12/01 ~ 12/08 】 スケジュール						2025/12/04 更新	
12/01	12/02	12/03	12/04	12/05	12/06	12/07	12/08		
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		
	Hip & Leg 🍷	Waist spXmas 🍷		Hip & Leg 🍷	Back & Arm 🍷	Basic 🍷			
	Aika.N	MAI.I		Itsuki	Itsuki	MAI.I			
	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30			
	Body Balance	Hip & Leg 🍷		Pilates Workout	Hip & Leg 🍷	Body Balance			
	Aika.N	Haruka.I		Aika.N	Aika.N	Aika.N			
	13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30			
	Waist spXmas 🍷			Basic 🍷	Waist spXmas 🍷	Leg Lines			
	Yu.			Itsuki	Itsuki	MAI.I			
	close			close	close	15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30	
						Pre Basic 🍷		Back & Arm 🍷	
						Itsuki		Aika.N	
						17:30 ~ 18:30		close	
						Pilates Workout			
	Aika.N								
	18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		close	close
Pre Basic 🍷	Pilates Barre	Leg Lines	jump to burn						
Itsuki	Haruka.I	MAI.I	MAI.I						
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30						
Leg Lines	Basic 🍷	Waist spXmas 🍷	Stretch & Conditioning 🍷						
MAI.I	Aika.N	Itsuki	MAI.I						
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00						
Back & Arm 🍷	Body Balance	Basic 🍷	Waist spXmas 🍷						
Itsuki	Aika.N	MAI.I	Aika.N						

pilatesK 宇都宮店		【 12/09 ~ 12/16 】 スケジュール						
12/09	12/10	12/11	12/12	12/13	12/14	12/15	12/16	
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	
Release&Strength	Pilates Workout		Back & Arm 🍷	Body Balance	Waist spXmas 🍷		Basic 🍷	
Itsuki	Aika.N		Itsuki	Aika.N	MAI.I		インストラクター未確定	
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 spXmas 🍷	Pre Basic 🍷		Basic 🍷	Shape up waist	Leg Lines		Pilates Workout	
MAI.I	Itsuki		Aika.N	Itsuki	MAI.I		Aika.N	
13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	
Pilates Barre			Pilates Workout	Leg Lines	Release&Strength		Hip & Leg 🍷	
Itsuki			Aika.N	MAI.I	Itsuki		インストラクター未確定	
close			close	close	15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30	close
					Back & Arm 🍷		Pre Basic 🍷	
					Aika.N		Itsuki	
					17:30 ~ 18:30		close	
					Pre Basic 🍷			
Itsuki			close					
18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		
jump to burn	Hip & Leg 🍷	Stretch & Conditioning 🍷		Waist spXmas 🍷	Shape up waist			
MAI.I	インストラクター未確定	MAI.I		インストラクター未確定	Itsuki			
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
Leg Lines	Waist spXmas 🍷	Basic 🍷	Hip & Leg 🍷	Back & Arm 🍷				
MAI.I	インストラクター未確定	Aika.N	インストラクター未確定	Aika.N				
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
Basic 🍷	Leg Lines	Pilates Cardio	Shape up waist		Pilates Barre			
インストラクター未確定	MAI.I	Aika.N	Itsuki		Itsuki			

🍷 : 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週間前迄にお願ひしております。  
 ・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。

pilatesK 宇都宮店		【 12/17 ~ 12/24 】			スケジュール		2025/12/04 更新		
12/17	12/18	12/19	12/20	12/21	12/22	12/23	12/24		
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		
Stretch & Conditioning 🌿		Hip & Leg 🌿	Waist spXmas 🌿	Basic 🌿		Release&Strength	Pilates Workout		
MAI.I		インストラクター未確定	インストラクター未確定	インストラクター未確定		Itsuki	Aika.N		
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 🌿		Waist spXmas 🌿	Basic 🌿	Hip & Leg 🌿		Basic 🌿	Back & Arm 🌿		
インストラクター未確定		インストラクター未確定	インストラクター未確定	インストラクター未確定		インストラクター未確定	Itsuki		
close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		
		Pre Basic 🌿	Release&Strength	jump to burn		Shape up waist			
		Itsuki	Itsuki	MAI.I		Itsuki			
		close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close			
			Hip & Leg 🌿	Pilates Barre					
			インストラクター未確定	MAI.I					
			17:30 ~ 18:30	close					
			Shape up waist						
		Itsuki							
		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
		Pre Basic 🌿	Body Balance	Back & Arm 🌿		close		Pilates Barre	Stretch & Conditioning 🌿
		Itsuki	Aika.N	Aika.N				MAI.I	MAI.I
		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
jump to burn	Waist spXmas 🌿	Release&Strength	Leg Lines	Basic 🌿					
MAI.I	Aika.N	Itsuki	MAI.I	インストラクター未確定					
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00					
Shape up waist	Basic 🌿	Pilates Workout	Hip & Leg 🌿	Waist spXmas 🌿					
Itsuki	MAI.I	Aika.N	インストラクター未確定	インストラクター未確定					

pilatesK 宇都宮店		【 12/25 ~ 12/31 】			スケジュール	
12/25	12/26	12/27	12/28	12/29	12/30	12/31
木	金	土	日	月	火	水
close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	close	close
	Back & Arm 🍌	Pre Basic 🍌	jump to burn			
	Aika.N	Itsuki	MAI.I			
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30			
	Shape up waist	Pilates Workout	Back & Arm 🍌			
	Itsuki	Aika.N	Aika.N			
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30			
	Body Balance	Hip & Leg 🍌	Basic 🍌			
	Aika.N	インストラクター未確定	MAI.I			
	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30			
		Waist 🍌	Pilates Cardio			
		インストラクター未確定	Aika.N			
		17:30 ~ 18:30				
		Body Balance				
	Aika.N					
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close				
Waist spXmas 🍌	Basic 🍌					
MAI.I	インストラクター未確定					
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30					
jump to burn	Waist 🍌					
MAI.I	MAI.I					
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00					
Pre Basic 🍌	Leg Lines					
Itsuki	MAI.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時間前まで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。