

【 02/01 ~ 02/08 】 スケジュール								2028/01/15	更新
pilatesK 宇都宮店	02/01	02/02	02/03	02/04	02/05	02/06	02/07	02/08	
日	月	火	水	木	金	土	日		
10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
Back&Arm		Basic	Pilates Barre		Basic	Leg Lines	Basic		
Aika.N		Itsuki	Itsuki		SAKI.M	MAI.I	SAKI.M		
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30	
Shape up waist		Waist	Basic		Leg Lines	Basic	jump to burn		
Itsuki		Aika.N	SAKI.M		MAI.I	SAKI.M	MAI.I		
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		
Basic		jump to burn			Waist	Pilates Barre	Basic		
Aika.N		Itsuki			MAI.I	MAI.I	SAKI.M		
16:30 ~ 17:30					15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30			
Pilates Cardio					Basic	Leg Lines			
Itsuki					SAKI.M	MAI.I			
close		close			17:30 ~ 18:30				
					Waist				
					MAI.I				
close								close	
18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			
Stretch&Conditioning		Back&Spine	Waist	Basic					
MAI.I		Itsuki	MAI.I	SAKI.M					
19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
Back&Arm		Pilates Workout	Basic	Body Balance					
Aika.N		Aika.N	Aika.N	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			
Leg Lines		Release&Strength	jump to burn	Hip&Leg					
MAI.I		Aika.N	MAI.I	Aika.N					

【 02/09 ~ 02/16 】 スケジュール								02/15	02/16
pilatesK 宇都宮店	02/09	02/10	02/11	02/12	02/13	02/14	02/15	02/16	
月	火	水	木	金	土	日	月		
	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30			10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		
	jump to burn	Basic			Body Balance	Basic	Leg Lines		
	MAI.I	SAKI.M			Aika.N	SAKI.M	MAI.I		
	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30			12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		
	Back&Arm	Waist			Pilates Barre	Pilates Cardio	Back&Arm		
	Aika.N	MAI.I			MAI.I	Aika.N	Aika.N		
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		
	Pilates Barre	Basic			Hip&Leg	Basic	Stretch&Conditioning		
	MAI.I	SAKI.M			Aika.N	SAKI.M	MAI.I		
	15:00 ~ 16:00				15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30			
	Leg Lines				Release&Strength	Basic			
	MAI.I				Aika.N	Aika.N			
	17:30 ~ 18:30				17:30 ~ 18:30				
	Basic				Basic			close	
	SAKI.M				SAKI.M				
close	close								
	18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			
	Basic				Leg Lines	Waist			
	SAKI.M				MAI.I	MAI.I			
	19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
	Pilates Cardio				jump to burn	Basic			
	Aika.N				MAI.I	SAKI.M			
	21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
	Basic				Basic	Stretch&Conditioning			
	SAKI.M				SAKI.M	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時間前を切って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。

pilatesK 宇都宮店		【 02/17 ~ 02/24 】 スケジュール						2028/01/15 更新	
02/17	02/18	02/19	02/20	02/21	02/22	02/23	02/24	月	火
火	水	木	金	土	日				
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30			10:30 ~ 11:30	
Basic	jump to burn		Basic	Pilates Cardio	Basic			Hip & Leg	
SAKI.M	MAI.I		SAKI.M	Aika.N	SAKI.M			Aika.N	
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30			12:00 ~ 13:00	
Release&Strength	Basic		Leg Lines	Basic	Release&Strength			Stretch & Conditioning	
Aika.N	SAKI.M		MAI.I	SAKI.M	Aika.N			MAI.I	
13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30			13:30 ~ 14:30	
Basic			Waist	Body Balance	Basic			Pilates Cardio	
SAKI.M			MAI.I	Aika.N	SAKI.M			Aika.N	
close	close	close	close	close	close	close	close	close	close
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00	
Waist	Body Balance	Pilates Barre	Pilates Workout					Basic	
MAI.I	Aika.N	MAI.I	Aika.N					SAKI.M	
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30	
Hip & Leg	Leg Lines	Basic	Back & Arm					Waist	
Aika.N	MAI.I	Aika.N	Aika.N					MAI.I	
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00	
Pilates Workout	Back & Arm	Hip & Leg	Basic					Basic	
Aika.N	Aika.N	Aika.N	SAKI.M					SAKI.M	

pilatesK 宇都宮店		【 02/25 ~ 02/28 】 スケジュール					
02/25	02/26	02/27	02/28				
水	木	金	土				
10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30				
Basic		Hip & Leg	Basic				
SAKI.M		MIO.N	SAKI.M				
12:30 ~ 13:30		12:30 ~ 13:30	12:30 ~ 13:30				
Back & Arm		Basic	Leg Lines				
Aika.N		MIO.N	MAI.I				
close	close	close	close	close	close	close	close
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00				
jump to burn	Basic	Waist					
MAI.I	SAKI.M	MAI.I					
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				
Basic	Pilates Workout	Body Balance					
SAKI.M	Aika.N	Aika.N					
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				
Leg Lines	Back & Arm	Pilates Barre					
MAI.I	Aika.N	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がキャンセルされた場合は、1時間前迄にお願いしております。
レッスン開始後はキャンセル料金の半額を請求する場合がございます。
※毎月外キャンセルが月2回以上で、翌月の予約可能回数が1回に制限されます。