

pilatesK 宇都宮店

【 03/17 ~ 03/24 】 スケジュール

2026/02/20 更新

03/17	03/18	03/19	03/20	03/21	03/22	03/23	03/24							
火	水	木	金	土	日	月	火							
10:30 ~ 11:30 Pre Basic Ayaka.N	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Ayaka.N	close	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Ayaka.N	10:30 ~ 11:30 Pre Basic Ayaka.N	10:30 ~ 11:30 Waist Asuka.K	close	10:30 ~ 11:30 Body Balance Asuka.K							
12:00 ~ 13:00 Basic SAKLM	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg Ayaka.N		12:00 ~ 13:00 Hip & Leg SAKLM	12:00 ~ 13:00 Pilates Barre Asuka.K	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg Ayaka.N		12:30 ~ 13:30 Hip & Leg SAKLM	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg SAKLM						
13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Ayaka.N	close		13:30 ~ 14:30 Pre Basic Ayaka.N	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Ayaka.N	14:30 ~ 15:30 jump to burn Asuka.K		13:30 ~ 14:30 Basic SAKLM	13:30 ~ 14:30 Basic SAKLM						
close			15:00 ~ 16:00 Hip & Leg SAKLM	15:00 ~ 16:00 Release & Strength Asuka.K	16:30 ~ 17:30 Pre Basic Ayaka.N		close	close	close					
			17:30 ~ 18:30 Basic SAKLM	17:30 ~ 18:30 Waist Asuka.K	close					close	close	close		
			18:00 ~ 19:00 jump to burn Asuka.K	18:00 ~ 19:00 Basic SAKLM									18:00 ~ 19:00 Shape up waist Asuka.K	18:00 ~ 19:00 Waist Asuka.K
			19:30 ~ 20:30 Basic SAKLM	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Ayaka.N									19:30 ~ 20:30 Basic SAKLM	19:30 ~ 20:30 Back & Arm Ayaka.N
			21:00 ~ 22:00 Waist Asuka.K	21:00 ~ 22:00 Basic SAKLM									21:00 ~ 22:00 Body Balance Asuka.K	21:00 ~ 22:00 Basic Ayaka.N

pilatesK 宇都宮店

【 03/25 ~ 03/31 】 スケジュール

03/25	03/26	03/27	03/28	03/29	03/30	03/31					
水	木	金	土	日	月	火					
10:30 ~ 11:30 Shape up waist Asuka.K	close	10:30 ~ 11:30 Basic SAKLM	10:30 ~ 11:30 Back & Arm 未定	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre Asuka.K	close	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg SAKLM					
12:30 ~ 13:30 Basic Asuka.K		12:00 ~ 13:00 Back & Arm 未定	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Ayaka.N	12:30 ~ 13:30 Back & Arm 未定		12:00 ~ 13:00 Back & Arm 未定					
close		13:30 ~ 14:30 Hip & Leg SAKLM	13:30 ~ 14:30 Back & Arm 未定	14:30 ~ 15:30 Basic Asuka.K		13:30 ~ 14:30 Basic SAKLM					
		15:00 ~ 16:00 Hip & Leg Ayaka.N	16:30 ~ 17:30 Back & Arm 未定	close		close					
		17:30 ~ 18:30 Pre Basic Ayaka.N	close				close	close			
		18:00 ~ 19:00 Hip & Leg SAKLM							18:00 ~ 19:00 Pre Basic Ayaka.N	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Ayaka.N	18:00 ~ 19:00 Pre Basic Ayaka.N
		19:30 ~ 20:30 Basic SAKLM							19:30 ~ 20:30 Stretch & Conditioning Asuka.K	19:30 ~ 20:30 Back & Arm 未定	19:30 ~ 20:30 jump to burn Asuka.K
		21:00 ~ 22:00 Waist Asuka.K							21:00 ~ 22:00 Back & Arm Ayaka.N	21:00 ~ 22:00 Basic Ayaka.N	21:00 ~ 22:00 Pilates Barre Ayaka.N

👉 : 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。