

pilatesK 宇都宮店		【 03/01 ~ 03/08 】 スケジュール						2026/02/14 更新		
03/01	03/02	03/03	03/04	03/05	03/06	03/07	03/08			
日	月	火	水	木	金	土	日			
10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30			
Pilates Barre		Back & Arm 🌿	Pilates Barre		Back & Arm 🌿	Pilates Barre	Release&Strength			
MAI.I		Ayaka.N	MAI.I		Ayaka.N	Asuka.K	Asuka.K			
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30			
Basic 🌿		Shape up waist	jump to burn		Basic 🌿	Basic 🌿	Pre Basic 🌿			
SAKI.M		Asuka.K	MAI.I		SAKI.M	SAKI.M	Ayaka.N			
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30			
jump to burn		Pre Basic 🌿			Pilates Barre	Body Balance	Waist 🌿			
MAI.I		Ayaka.N			Ayaka.N	Asuka.K	Asuka.K			
16:30 ~ 17:30		close			close	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		
Basic 🌿							Waist 🌿	Back & Arm 🌿		
SAKI.M							Asuka.K	Ayaka.N		
close							17:30 ~ 18:30	close		
							Basic 🌿			
							SAKI.M			
							18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
			Waist 🌿				Basic 🌿		Shape up waist	Stretch & Conditioning 🌿
			Asuka.K				SAKI.M		Asuka.K	Asuka.K
			19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
		Basic 🌿	Hip & Leg 🌿		Pre Basic 🌿	jump to burn				
		SAKI.M	Ayaka.N		Ayaka.N	Asuka.K				
		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				
Body Balance		Pre Basic 🌿	Back & Arm 🌿		Basic 🌿					
Asuka.K		Ayaka.N	Ayaka.N		SAKI.M					

pilatesK 宇都宮店		【 03/09 ~ 03/16 】 スケジュール						
03/09	03/10	03/11	03/12	03/13	03/14	03/15	03/16	
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 🏊		Body Balance	jump to burn	Basic 🏊		
	Ayaka.N	Asuka.K		Asuka.K	Asuka.K	SAKI.M		
	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		
	Pilates Barre	Release&Strength		Waist 🏊	Basic 🏊	Back & Arm 🏊		
	Asuka.K	Asuka.K		Asuka.K	SAKI.M	Ayaka.N		
	13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		
	Back & Arm 🏊			Basic 🏊	Shape up waist	Basic 🏊		
	Ayaka.N			SAKI.M	Asuka.K	SAKI.M		
	close			close	close	15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30
						Basic 🏊		Hip & Leg 🏊
						SAKI.M		Ayaka.N
						17:30 ~ 18:30		close
						Release&Strength		
	Asuka.K							
	18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		
	Basic 🏊	Pilates Barre	Basic 🏊	Hip & Leg 🏊				
	SAKI.M	Ayaka.N	SAKI.M	Ayaka.N				
	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				
	Shape up waist	Basic 🏊	Hip & Leg 🏊	Basic 🏊				
	Asuka.K	SAKI.M	Ayaka.N	SAKI.M				
	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				
	Basic 🏊	Hip & Leg 🏊	Basic 🏊	Back & Arm 🏊				
	SAKI.M	Ayaka.N	SAKI.M	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時間前を切つ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

【 03/17 ~ 03/24 】 スケジュール

2026/02/14 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	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30			
Pre Basic 🍃	Back & Arm 🍃		Back & Arm 🍃	Pre Basic 🍃	Waist 🍃		Body Balance			
Ayaka.N	Ayaka.N		Ayaka.N	Ayaka.N	Asuka.K		Asuka.K			
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00			
Basic 🍃	Hip & Leg 🍃		Hip & Leg 🍃	Pilates Barre	Hip & Leg 🍃		Hip & Leg 🍃			
SAKIM	Ayaka.N		SAKIM	Asuka.K	Ayaka.N		SAKIM			
13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30			
Hip & Leg 🍃			Pre Basic 🍃	Hip & Leg 🍃	jump to burn		Basic 🍃			
Ayaka.N			Ayaka.N	Ayaka.N	Asuka.K		SAKIM			
close			15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close			
			Hip & Leg 🍃	Release&Strength	Pre Basic 🍃					
			SAKIM	Asuka.K	Ayaka.N					
			17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	close					
			Basic 🍃	Waist 🍃						
			SAKIM	Asuka.K						
			close	close						
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00						
jump to burn	Basic 🍃	Shape up waist		Waist 🍃						
Asuka.K	SAKIM	Asuka.K		Asuka.K						
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30						
Basic 🍃	Release&Strength	Basic 🍃		Back & Arm 🍃						
SAKIM	Asuka.K	SAKIM		Ayaka.N						
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00						
Waist 🍃	Basic 🍃	Body Balance		Basic 🍃						
Asuka.K	SAKIM	Asuka.K		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	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30
Shape up waist		Basic 🍃	Back & Arm 🍃	Pilates Barre		Hip & Leg 🍃
Asuka.K		SAKI.M	未定	Asuka.K		SAKI.M
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00
Basic 🍃		Back & Arm 🍃	Hip & Leg 🍃	Back & Arm 🍃		Back & Arm 🍃
Asuka.K		未定	Ayaka.N	未定		未定
close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30
		Hip & Leg 🍃	Back & Arm 🍃	Basic 🍃		Basic 🍃
		SAKI.M	未定	Asuka.K		SAKI.M
		close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close
	Hip & Leg 🍃		Back & Arm 🍃			
	Ayaka.N		未定			
	17:30 ~ 18:30					
	Pre Basic 🍃					
	Ayaka.N					
	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	18:00 ~ 19:00	
Hip & Leg 🍃	Pre Basic 🍃	Hip & Leg 🍃	Pre Basic 🍃			
SAKI.M	Ayaka.N	Ayaka.N	Ayaka.N			
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
Basic 🍃	Stretch & Conditioning 🍃	Back & Arm 🍃	jump to burn			
SAKI.M	Asuka.K	未定	Asuka.K			
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
Waist 🍃	Back & Arm 🍃	Basic 🍃		Pilates Barre		
Asuka.K	Ayaka.N	Ayaka.N		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時間前を切つ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。