

07/01	07/02	07/03	07/04	07/05	07/06	07/07	07/08
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
Basic		Back & Arm	Waist	Pilates Barre		Basic	Shape up waist
Yuna.T		himari.k	Yuna.T	Asuka.K		Yuna.T	Asuka.K
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30
Back & Arm		Pilates Barre	Pre Basic	Hip & Leg		Waist	Basic
himari.k		Asuka.K	miku.I	SAKLM		Yuna.T	Yuna.T
close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30
		Basic	Back & Arm	Back & Spine		Release&Strength	
		Yuna.T	himari.k	Asuka.K		Asuka.K	
		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		close	18:00 ~ 19:00
	Pilates Barre	Basic	Body Balance	Basic	Back & Arm		
	Asuka.K	SAKLM	miku.I	SAKLM	himari.k		
	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
	Beauty Conditioning	Shape up waist	Hip & Leg	jump to burn	Pre Basic		
	SAKLM	Asuka.K	SAKLM	miku.I	miku.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
Back & Spine	Hip & Leg	Waist	Pre Basic	Hip & Leg			
Asuka.K	SAKLM	miku.I	miku.I	SAKLM			

07/09	07/10	07/11	07/12	07/13	07/14	07/15	07/16
木	金	土	日	月	火	水	木
close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close
	Back & Spine	Basic	jump to burn		Hip & Leg	Waist	
	Asuka.K	Yuna.T	miku.I		SAKLM	Yuna.T	
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	
	Pre Basic	Body Balance	Basic		Back & Spine	Hip & Leg	
	miku.I	miku.I	SAKLM		Asuka.K	SAKLM	
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	
	Pilates Barre	Back & Spine	Back & Arm		Basic		
	Asuka.K	Asuka.K	himari.k		SAKLM		
	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30	18:00 ~ 19:00	
Waist	Shape up waist	Waist	Shape up waist	Back & Arm	Back & Arm		
Yuna.T	Asuka.K	Yuna.T	Asuka.K	himari.k	himari.k		
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	close	17:30 ~ 18:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
Pilates Barre	Pilates Barre		Release&Strength	Back & Arm	Waist		
Asuka.K	Asuka.K		Asuka.K	himari.k	Yuna.T		
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
Beauty Conditioning	Back & Arm			Back & Arm	Shape up waist	Back & Arm	
SAKLM	himari.k			himari.k	Asuka.K	himari.k	
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	Basic			Back & Arm	Back & Arm	Waist	
himari.k	Yuna.T			Asuka.K	himari.k	Yuna.T	
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	Hip & Leg		Back & Arm	Pilates Barre	Pre Basic		
Yuna.T	SAKLM		himari.k	Asuka.K	miku.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週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

【 07/17 ~ 07/24 】 スケジュール

2026/06/14 更新

07/17	07/18	07/19	07/20	07/21	07/22	07/23	07/24			
金	土	日	月	火	水	木	金			
10:30 ~ 11:30 Hip & Leg SAKI.M	10:30 ~ 11:30 Pre Basic miku.I	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg SAKI.M	close	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre Asuka.K	10:30 ~ 11:30 Back & Spine Asuka.K	close	10:30 ~ 11:30 jump to burn miku.I			
12:00 ~ 13:00 Basic Yuna.T	12:00 ~ 13:00 Back & Arm himari.k	12:30 ~ 13:30 jump to burn miku.I		12:00 ~ 13:00 Back & Arm himari.k	12:30 ~ 13:30 Waist Yuna.T		12:00 ~ 13:00 Pre Basic miku.I			
13:30 ~ 14:30 Waist Yuna.T	13:30 ~ 14:30 Shape up waist Asuka.K	14:30 ~ 15:30 Basic Yuna.T		13:30 ~ 14:30 Waist Yuna.T	close		13:30 ~ 14:30 Basic Yuna.T			
close	15:00 ~ 16:00 Hip & Leg SAKI.M	16:30 ~ 17:30 Beauty Conditioning SAKI.M		close			close	close		
	17:30 ~ 18:30 Back & Spine Asuka.K	close							close	
	18:00 ~ 19:00 Basic miku.I									18:00 ~ 19:00 jump to burn miku.I
19:30 ~ 20:30 Back & Arm himari.k	close			19:30 ~ 20:30 Hip & Leg SAKI.M			19:30 ~ 20:30 Body Balance miku.I	19:30 ~ 20:30 Basic SAKI.M		19:30 ~ 20:30 Basic SAKI.M
close		close		21:00 ~ 22:00 jump to burn miku.I			21:00 ~ 22:00 Pre Basic miku.I	21:00 ~ 22:00 Back & Arm himari.k	21:00 ~ 22:00 Back & Arm himari.k	21:00 ~ 22:00 Beauty Conditioning SAKI.M

pilatesK 宇都宮店

【 07/25 ~ 07/31 】 スケジュール

07/25	07/26	07/27	07/28	07/29	07/30	07/31						
土	日	月	火	水	木	金						
10:30 ~ 11:30 Basic Yuna.T	10:30 ~ 11:30 Back & Arm himari.k	close	10:30 ~ 11:30 Waist miku.I	10:30 ~ 11:30 Basic SAKI.M	close	10:30 ~ 11:30 Waist Yuna.T						
12:00 ~ 13:00 Waist Yuna.T	12:00 ~ 13:00 Basic Yuna.T		12:00 ~ 13:00 Hip & Leg SAKI.M	12:30 ~ 13:30 jump to burn miku.I		12:00 ~ 13:00 Back & Arm himari.k						
13:30 ~ 14:30 Body Balance miku.I	14:30 ~ 15:30 jump to burn miku.I		13:30 ~ 14:30 Pre Basic miku.I	close		close	13:30 ~ 14:30 Pre Basic miku.I					
15:00 ~ 16:00 Back & Arm himari.k	16:30 ~ 17:30 Waist Yuna.T		close				close	close	close			
17:30 ~ 18:30 jump to burn miku.I	close									close	close	close
close												
			18:00 ~ 19:00 Shape up waist Asuka.K				18:00 ~ 19:00 Basic Yuna.T	18:00 ~ 19:00 Waist Yuna.T	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg SAKI.M			
	19:30 ~ 20:30 Back & Arm himari.k		19:30 ~ 20:30 Back & Spine Asuka.K				19:30 ~ 20:30 Basic Yuna.T	19:30 ~ 20:30 Release&Strength Asuka.K				
	21:00 ~ 22:00 Basic Yuna.T		21:00 ~ 22:00 Back & Arm himari.k				21:00 ~ 22:00 Body Balance miku.I	21:00 ~ 22:00 Pilates Barre Asuka.K				

👉 : 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。