

pilatesK 宇都宮店

【 07/01 ~ 07/08 】 スケジュール

2026/7/10 更新

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		Asuka.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 🌿
Asuka.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	close
		Basic 🌿	Back & Arm 🌿	Back & Spine		Release&Strength	
		Yuna.T	Asuka.K	Asuka.K		Asuka.K	
		close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close	
			jump to burn	Basic 🌿			
			Asuka.K	SAKLM			
			17:30 ~ 18:30				
			Waist 🌿				
		Yuna.T					
		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		close	
Pilates Barre	Basic 🌿	Body Balance	Basic 🌿	Back & Arm 🌿			
Asuka.K	SAKLM	miku.I	SAKLM	miku.I			
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	close	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		

pilatesK 宇都宮店

【 07/09 ~ 07/16 】 スケジュール

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		Basic 🌿	Waist 🌿	
	Asuka.K	Yuna.T	miku.I		Yuna.T	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	close	
	Pilates Barre	Waist 🌿	Back & Arm 🌿		Waist 🌿		
	Asuka.K	Asuka.K	miku.I		Yuna.T		
	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close		
		Waist 🌿	Hip & Leg 🌿				
		Yuna.T	SAKLM				
		17:30 ~ 18:30					
	Pilates Barre	close					
	Asuka.K						
close							
	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		
	Beauty Conditioning 🌿	Waist 🌿	close	Basic 🌿	Shape up waist	Back & Arm 🌿	
SAKLM	Yuna.T	SAKLM		Asuka.K	miku.I		
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
Hip & Leg 🌿	Basic 🌿	close	Release&Strength	Basic 🌿	Waist 🌿		
SAKLM	Yuna.T		Asuka.K	Yuna.T	Yuna.T		
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		
Basic 🌿	Hip & Leg 🌿	close	Hip & Leg 🌿	Pilates Barre	Pre Basic 🌿		
Yuna.T	SAKLM		SAKLM	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。

2026/7/10 更新

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

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	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30
Basic	Back & Arm		Waist	Basic		Basic
Yuna.T	miku.I		miku.I	Yuna.T		Yuna.T
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00
Waist	Basic		Hip & Leg	jump to burn		Back & Arm
Yuna.T	Yuna.T		SAK.I.M	miku.I		miku.I
13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30
Body Balance	jump to burn		Pre Basic			Pre Basic
miku.I	miku.I		miku.I			miku.I
15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close	close		close
Back & Arm	Waist					
Asuka.K	Yuna.T					
17:30 ~ 18:30	close					
jump to burn						
miku.I						
close						
		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
	Waist	Basic	Waist	Basic		
	Yuna.T	miku.I	miku.I	Yuna.T		
	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
Beauty Conditioning	Back & Spine	Basic	Release&Strength			
SAK.I.M	Asuka.K	Asuka.K	Asuka.K			
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		
Basic	Back & Arm	Body Balance	Pilates Barre			
Yuna.T	Asuka.K	miku.I	Asuka.K			

・体験可能レッスン