

スケジュール

100

08/09	08/10	08/11	08/12	08/13	08/14	08/15	08/16		
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		
Waist 🇯🇵🇵🇸		Basic 🇯🇵🇵🇸	Beauty Conditioning 🇯🇵🇵🇸		Pilates Barre	Hip & Leg 🇯🇵🇵🇸	Basic 🇯🇵🇵🇸		
Yuna.T		Yuna.T	SAKI.M		Asuka.K	SAKI.M	Yuna.T		
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		
Back & Spine		Back & Arm 🇯🇵🇵🇸	Basic 🇯🇵🇵🇸		Pre Basic 🇯🇵🇵🇸	Pilates Cardio	Back & Arm 🇯🇵🇵🇸		
Asuka.K		miku.I	Yuna.T		miku.I	Asuka.K	miku.I		
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		
Basic 🇯🇵🇵🇸		Pilates Cardio			Back & Spine	Back & Arm 🇯🇵🇵🇸	Waist 🇯🇵🇵🇸		
Yuna.T		Asuka.K			Asuka.K	miku.I	Yuna.T		
16:30 ~ 17:30		15:00 ~ 16:00			close	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	
Back & Arm 🇯🇵🇵🇸		Waist 🇯🇵🇵🇸					Basic 🇯🇵🇵🇸	jump to burn	
Asuka.K		Yuna.T					SAKI.M	miku.I	
close		17:30 ~ 18:30					17:30 ~ 18:30	close	close
		Pre Basic 🇯🇵🇵🇸					Release&Strength		
		miku.I					Asuka.K		
		close			close	close	close		
	18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00					
	jump to burn		Hip & Leg 🇯🇵🇵🇸	Beauty Conditioning 🇯🇵🇵🇸					
miku.I	SAKI.M		SAKI.M						
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30						
Shape up waist	Waist 🇯🇵🇵🇸		Basic 🇯🇵🇵🇸						
Asuka.K	Yuna.T	Yuna.T							
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00							
Back & Arm 🇯🇵🇵🇸	Basic 🇯🇵🇵🇸	Hip & Leg 🇯🇵🇵🇸							
miku.I	SAKI.M	SAKI.M							

- ※ 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

【 08/17 ~ 08/24 】 スケジュール

2026/07/12 更新

08/17	08/18	08/19	08/20	08/21	08/22	08/23	08/24						
月	火	水	木	金	土	日	月						
close	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg 🌱 SAKI.M	10:30 ~ 11:30 Shape up waist Asuka.K	close	10:30 ~ 11:30 jump to burn miku.I	10:30 ~ 11:30 Pre Basic 🌱 miku.I	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg 🌱 SAKI.M	close						
	12:00 ~ 13:00 Waist 🌱 Yuna.T	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg 🌱 SAKI.M		12:00 ~ 13:00 Waist 🌱 Yuna.T	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg 🌱 SAKI.M	12:30 ~ 13:30 Basic 🌱 Yuna.T							
	13:30 ~ 14:30 Beauty Conditioning 🌱 SAKI.M	close		13:30 ~ 14:30 Pre Basic 🌱 miku.I	13:30 ~ 14:30 Waist 🌱 Yuna.T	14:30 ~ 15:30 Beauty Conditioning 🌱 SAKI.M							
	close			close	15:00 ~ 16:00 Back & Arm 🌱 miku.I	16:30 ~ 17:30 Waist 🌱 Yuna.T							
					17:30 ~ 18:30 Basic 🌱 SAKI.M	close							
					close								
	18:00 ~ 19:00 Back & Spine Asuka.K	18:00 ~ 19:00 Waist 🌱 Yuna.T	18:00 ~ 19:00 Basic 🌱 SAKI.M	18:00 ~ 19:00 Pilates Barre Asuka.K									
	19:30 ~ 20:30 Basic 🌱 Yuna.T	19:30 ~ 20:30 Beauty Conditioning 🌱 SAKI.M	19:30 ~ 20:30 Pilates Cardio Asuka.K	19:30 ~ 20:30 Back & Arm 🌱 miku.I									
	21:00 ~ 22:00 Pilates Barre Asuka.K	21:00 ~ 22:00 Basic 🌱 Yuna.T	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg 🌱 SAKI.M	21:00 ~ 22:00 Shape up waist Asuka.K									

pilatesK 宇都宮店

【 08/25 ~ 08/31 】 スケジュール

08/25	08/26	08/27	08/28	08/29	08/30	08/31		
火	水	木	金	土	日	月		
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close		
Back & Arm 🌱	jump to burn		Basic 🌱	Hip & Leg 🌱	Waist 🌱			
miku.I	miku.I		SAKI.M	SAKI.M	Yuna.T			
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30			
Hip & Leg 🌱	Pilates Barre		Shape up waist	Pre Basic 🌱	Back & Arm 🌱			
SAKI.M	Asuka.K		Asuka.K	miku.I	miku.I			
13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30			
Pre Basic 🌱			Hip & Leg 🌱	Beauty Conditioning 🌱	Basic 🌱			
miku.I			SAKI.M	SAKI.M	SAKI.M			
close			close	close	15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30	
					Basic 🌱		jump to burn	
					Yuna.T		miku.I	
					17:30 ~ 18:30			
					Back & Arm 🌱			
miku.I								
				close	close		close	
18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00					18:00 ~ 19:00
Pilates Barre		Hip & Leg 🌱	Pilates Cardio					Pre Basic 🌱
Asuka.K		SAKI.M	Asuka.K					miku.I
19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30		
Beauty Conditioning 🌱	Basic 🌱	Basic 🌱	jump to burn					
SAKI.M	Yuna.T	Yuna.T	miku.I					
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00					
Basic 🌱	Waist 🌱	Release&Strength	Waist 🌱					
SAKI.M	Yuna.T	Asuka.K	Yuna.T					

🌱 : 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。