

pilatesK 宇都宮店		【 09/01 ~ 09/08 】				スケジュール		2026/08/12 更新							
09/01		09/02		09/03		09/04		09/05		09/06		09/07		09/08	
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	
Basic 🍌		Shape up waist				Pre Basic 🍌		Waist 🍌		Release&Strength				Hip & Leg 🍌	
Yuna.T		Asuka.K				miku.I		Yuna.T		Asuka.K				SAKLM	
12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30				12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30				12:00 ~ 13:00	
Pilates Barre		Basic 🍌				Waist 🍌		jump to burn		Basic 🍌				Back & Arm 🍌	
Asuka.K		Yuna.T				Yuna.T		SAKLM		Yuna.T				Himari.K	
13:30 ~ 14:30		close				13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30		14:30 ~ 15:30				13:30 ~ 14:30	
Waist 🍌						jump to burn		Hip & Leg 🍌		Pilates Cardio				Basic 🍌	
Yuna.T						miku.I		Himari.K		Asuka.K				SAKLM	
close						close		15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30				close	
				Basic 🍌				Waist 🍌							
		Yuna.T		Yuna.T											
close		close		17:30 ~ 18:30		Beauty Conditioning 🍌		close							
				SAKLM											
				close		close									
										close		close			
														close	
18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00									
Back & Arm 🍌		jump to burn		Beauty Conditioning 🍌		Hip & Leg 🍌		Shape up waist							
Himari.K		SAKLM		SAKLM		Himari.K		Asuka.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		Pre Basic 🍌					
Style up Pilates		Back & Arm 🍌		Hip & Leg 🍌		Basic 🍌		close		miku.I					
miku.I		Himari.K		Himari.K		SAKLM									
21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00					
Hip & Leg 🍌		Pre Basic 🍌		Basic 🍌		Back & Arm 🍌				Pilates Barre					
Himari.K		miku.I		SAKLM		Himari.K				Asuka.K					

pilatesK 宇都宮店		【 09/09 ~ 09/16 】 スケジュール							
09/09	09/10	09/11	09/12	09/13	09/14	09/15	09/16		
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		
Hip & Leg 🍌		Shape up waist	Pre Basic 🍌	Hip & Leg 🍌		Style up Pilates	Basic 🍌		
Himari.K		Asuka.K	miku.I	Himari.K		miku.I	SAKLM		
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		
Beauty Conditioning 🍌		Style up Pilates	Basic 🍌	jump to burn		Beauty Conditioning 🍌	Waist 🍌		
SAKLM		miku.I	Asuka.K	SAKLM		SAKLM	Yuna.T		
close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		
		Back & Arm 🍌	Waist 🍌	Back & Arm 🍌		Waist 🍌			
		Asuka.K	miku.I	Himari.K		Yuna.T			
		close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close			
			Shape up waist	Basic 🍌					
			Asuka.K	SAKLM					
			17:30 ~ 18:30						
			Hip & Leg 🍌						
		Himari.K							
		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
		Style up Pilates	Basic 🍌	Waist 🍌				Hip & Leg 🍌	Back & Arm 🍌
		miku.I	SAKLM	Yuna.T				Himari.K	Himari.K
		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		close		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
Pilates Cardio	Waist 🍌	Hip & Leg 🍌	Pilates Cardio	Style up Pilates					
Asuka.K	Yuna.T	SAKLM	Asuka.K	miku.I					
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00					
Basic 🍌	Hip & Leg 🍌	Basic 🍌	Back & Arm 🍌	Basic 🍌					
Yuna.T	SAKLM	Yuna.T		Himari.K	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		【 09/17 ~ 09/24 】				スケジュール		2026/08/12	更新
09/17	09/18	09/19	09/20	09/21	09/22	09/23	09/24		
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		
	Style up Pilates	Waist 🍌	Pilates Barre		Back & Arm 🍌	Basic 🍌			
	miku.I	Yuna.T	Asuka.K		Himari.K	SAKLM			
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00			
	Waist 🍌	Style up Pilates	Hip & Leg 🍌		Basic 🍌	Pilates Cardio			
	Yuna.T	miku.I	Himari.K		SAKLM	Asuka.K			
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30			
	Pre Basic 🍌	Hip & Leg 🍌	Shape up waist		Style up Pilates	Waist 🍌			
	miku.I	SAKLM	Asuka.K		miku.I	Yuna.T			
	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00			
		Basic 🍌	jump to burn		Waist 🍌	Release&Strength			
		Yuna.T	SAKLM		Yuna.T	Asuka.K			
		17:30 ~ 18:30			17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30			
		Back & Arm 🍌			Beauty Conditioning 🍌	Hip & Leg 🍌			
miku.I		SAKLM		Himari.K					
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	close	close	close	18:00 ~ 19:00			
Shape up waist	Hip & Leg 🍌					Style up Pilates			
Asuka.K	Himari.K					miku.I			
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30					19:30 ~ 20:30			
Hip & Leg 🍌	Beauty Conditioning 🍌					Waist 🍌			
Himari.K	SAKLM					Yuna.T			
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00					21:00 ~ 22:00			
Release&Strength	Back & Arm 🍌					jump to burn			
Asuka.K	Himari.K					miku.I			

pilatesK 宇都宮店			【 09/25 ~ 09/30 】 スケジュール		
09/25	09/26	09/27	09/28	09/29	09/30
金	土	日	月	火	水
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Basic 🌈	Hip & Leg 🌈	Pre Basic 🌈		Hip & Leg 🌈	Style up Pilates
SAKLM	Himari.K	miku.I		Himari.K	miku.I
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30
Hip & Leg 🌈	Beauty Conditioning 🌈	Style up Pilates		Basic 🌈	Hip & Leg 🌈
Himari.K	SAKLM	miku.I		miku.I	Himari.K
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close
Pilates Cardio	jump to burn	Waist 🌈		Back & Arm 🌈	
Asuka.K	miku.I	Yuna.T		Himari.K	
close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close	
	Back & Arm 🌈	Basic 🌈			
	Himari.K	Yuna.T			
	17:30 ~ 18:30	close			
	Pre Basic 🌈				
	miku.I	close			
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		
jump to burn	close		Release&Strength	Basic 🌈	
miku.I			Asuka.K	Yuna.T	
19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
Basic 🌈		Basic 🌈	Beauty Conditioning 🌈		
Yuna.T		SAKLM	SAKLM		
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	Pilates Cardio	Shape up waist	
Style up Pilates			Asuka.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。