

pilatesK 宇都宮店		【 09/01 ~ 09/08 】 スケジュール						2026/09/11 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 🍌		Basic 🍌		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							
				17:30 ~ 18:30				Beauty Conditioning 🍌							
				SAKLM											
18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00		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 🍌		close		Shape up waist			
Himari.K		miku.I		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							
Style up Pilates		Hip & Leg 🍌		Hip & Leg 🍌		Basic 🍌		Pre Basic 🍌							
miku.I		SAKLM		SAKLM		SAKLM		miku.I							
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		Yuna.T		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 🍌	Beauty Conditioning 🍌		Basic 🍌	Waist 🍌			
SAKLM		miku.I	Asuka.K	SAKLM		Yuna.T	Yuna.T			
close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close	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	19:30 ~ 20:30	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		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。

2026/09/11 更新

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	
SAK.I.M		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		SAK.I.M		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											
18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00					
jump to burn		close				Release&Strength		Basic 🍌			
miku.I		close		Asuka.K		Yuna.T					
19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30					
Basic 🍌				Basic 🍌		Beauty Conditioning 🍌					
Yuna.T				SAK.I.M		SAK.I.M					
21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00			
Style up Pilates		close		Pilates Cardio		Shape up waist					
miku.I				Asuka.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、翌月の体験可能回数1回に制限されます。