

スタジオレッスンスケジュール

2026/11/01(日)～2026/11/30(月)							宇都宮駅東口店	
月	火	水	木	金	土	日		
ピラティス	ピラティス	ピラティス	ピラティス	ピラティス	ピラティス	ピラティス		
	9:20～10:05 ピラティス中級 MASAKI(男性)	9:20～10:05 ピラティス中級 RIN	9:20～10:05 ピラティス初級 Aki	9:20～10:05 ピラティス初級 Aki	9:20～10:05 ピラティス中級 ayane	9:20～10:05 ピラティス初級 Miizu		
					10:35～11:20 ピラティス初級 ayane	10:35～11:20 ピラティス初級 Miizu		
11:05～11:50 ピラティス初級 MASAKI(男性)	11:05～11:50 ピラティス初級 MASAKI(男性)	11:05～11:50 ピラティス初級 Yuki	11:05～11:50 ピラティス初級 Aki	11:05～11:50 ピラティス初級 Aki				
					11:50～12:35 ピラティス初級 ayane	11:50～12:35 ピラティス中級 Miizu		
	12:20～13:20 パーソナル							
13:00～13:45 ピラティス中級 MASAKI(男性)		13:00～13:45 ピラティス初級 Yuki	13:00～13:45 ピラティス初級 Aki	13:00～13:45 ピラティス中級 Aki	13:20～14:05 ピラティス中級 shimizu	13:20～14:05 ピラティス初級 Miizu		
14:30～15:00 個人練習利用 ---	14:30～15:00 個人練習利用 ---	14:30～15:00 個人練習利用 ---	14:30～15:00 個人練習利用 ---	14:30～15:00 個人練習利用 ---	14:45～15:30 ピラティス初級 shimizu	14:45～15:30 ピラティス初級 ひかり		
	15:00～15:30 個人練習利用 ---	15:00～15:30 個人練習利用 ---	15:00～15:30 個人練習利用 ---	15:00～15:30 個人練習利用 ---				
		15:30～16:00 個人練習利用 ---						
		16:00～16:30 個人練習利用 ---	16:00～16:45 ピラティス中級 MICHIO	16:00～16:45 ピラティス初級 ひかり	16:00～16:45 ピラティス初級 shimizu	16:00～16:45 ピラティス初級 ひかり		
		16:30～17:00 個人練習利用 ---						
		17:00～17:30 個人練習利用 ---			17:15～18:00 ピラティス初級 shimizu			
17:30～18:00 個人練習利用 ---	17:30～18:00 個人練習利用 ---		17:30～18:00 個人練習利用 ---	17:30～18:00 個人練習利用 ---				
18:00～18:30 個人練習利用 ---				18:00～18:30 個人練習利用 ---				
	18:30～19:15 ピラティス初級 ayane	18:30～19:15 ピラティス初級 明菜	18:30～19:15 ピラティス中級 MICHIO		18:30～19:30 パーソナル	18:30～19:30 パーソナル		
19:00～19:45 ピラティス初級 akemi				19:00～19:45 ピラティス中級 NIINA				
	19:45～20:30 ピラティス初級 ayane	19:45～20:30 ピラティス中級 明菜	19:45～20:30 ピラティス初級 MICHIO		20:00～20:30 個人練習利用 ---	20:00～20:30 個人練習利用 ---		
					20:30～21:00 個人練習利用 ---	20:30～21:00 個人練習利用 ---		
20:45～21:30 ピラティス中級 akemi	21:00～21:45 ピラティス中級 ayane	21:00～21:45 ピラティス初級 明菜		20:45～21:30 ピラティス初級 NIINA	21:00～21:30 個人練習利用 ---	21:00～21:30 個人練習利用 ---		

※レッスン本数、時間はお客様の増減に合わせて適時変更させていただきます。

※ピラティススタジオはマシンピラティスになります。(ピラティス会員様のみ参加可)

TSUTAYA Conditioning