

2025/10/12 更新

pilates K 宮崎店		【 11/09 ~ 11/16 】		スケジュール		2025/10/12 更新					
11/09	11/10	11/11	11/12	11/13	11/14	11/15	11/16				
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				
Release&Strength		Back&Arm	Hip&Leg		Waist	Pilates Barre	Pilates Workout				
Yui.H		Yui.H	haruka.Y		akari.K	Nazu.Y	Nazu.Y				
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30				
Shape up waist		Pilates Cardio	Basic		Back&Arm	Hip&Leg	Stretch&Conditioning				
haruka.Y		haruka.Y	akari.K		Yui.H	Yui.H	akari.K				
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30				
Back&Arm		Basic			Basic	Waist	Body Balance				
Yui.H		Yui.H			akari.K	Yui.H	Nazu.Y				
16:30 ~ 17:30		close			close	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30			
Leg Lines							jump to burn	Basic			
haruka.Y							Nazu.Y	akari.K			
close							close	close	close	17:30 ~ 18:30	close
										Basic	
										Yui.H	
										18:00 ~ 19:00	
	Waist		Basic	Back&Arm						Basic	
	akari.K		akari.K	Yui.H						Yui.H	
	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30						19:30 ~ 20:30	
	Leg Lines	Back&Arm	Basic	Hip&Leg							
	haruka.Y	Yui.H	akari.K	Yui.H							
	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00							
Stretch&Conditioning	Waist	Release&Strength	Basic								
akari.K	Yui.H	Yui.H	Nazu.Y								

・体験可能レッスン
・クラスの個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サイトをご覧ください。
・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時間前を切って、翌月のレッスン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。

pilates K 宮崎店

【 11/17 ~ 11/24 】

スケジュール

2025/10/12

更新

11/17	11/18	11/19	11/20	11/21	11/22	11/23	11/24
月	火	水	木	金	土	日	月
10:30 ~ 11:30	close	close	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close
Shape up waist				Basic	Hip&Leg	Basic	
Nazu.Y				akari.K	Yui.H	haruka.Y	
12:00 ~ 13:00				12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	
Basic				Pilates Cardio	Body Balance	Pilates Barre	
akari.K				Nazu.Y	Nazu.Y	Nazu.Y	
close				13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	
				Back&Arm	jump to burn	Shape up waist	
				akari.K	Nazu.Y	haruka.Y	
				close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	
					Waist	Pilates Workout	
					Yui.H	Nazu.Y	
					17:30 ~ 18:30	close	
				Back&Arm			
				Yui.H			
				18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
Basic				Hip&Leg			
akari.K				Yui.H			
19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30			
Waist				Pilates Barre			
Yui.H	Nazu.Y						
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00						
Hip&Leg	Back&Arm	Release&Strength					
Yui.H	akari.K	Yui.H					

pilates K 宮崎店

【 11/25 ~ 11/30 】

スケジュール

2025/10/12

更新

11/25	11/26	11/27	11/28	11/29	11/30	
火	水	木	金	土	日	
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
Basic	Shape up waist		Release&Strength	Back&Arm	jump to burn	
akari.K	Nazu.Y		Yui.H	akari.K	Nazu.Y	
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	
Back&Arm	Leg Lines		Waist	Basic	Hip&Leg	
akari.K	haruka.Y		Yui.H	Yui.H	haruka.Y	
13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	
Body Balance			Basic	Stretch&Conditioning	Pilates Barre	
Nazu.Y			akari.K	akari.K	Nazu.Y	
close			close	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30
					Hip&Leg	Pilates Cardio
					Yui.H	haruka.Y
					17:30 ~ 18:30	close
					Basic	
akari.K						
18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	
Shape up waist	Basic	Waist	Back&Arm			
haruka.Y	akari.K	akari.K	akari.K			
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
Hip&Leg	Pilates Cardio	Stretch&Conditioning	Basic			
haruka.Y	haruka.Y	akari.K	akari.K			
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
jump to burn	Back&Arm	Pilates Barre	Pilates Workout			
Nazu.Y	akari.K	Nazu.Y	Nazu.Y			

・体験可能レッスン
・クラスの曜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サイトまでご確認ください。
・ご予約されたレッスンをキャンセルされる場合は、1週間前迄にお願いたします。
・レッスン開始時間1時間前迄のキャンセルは時間前迄となります。
※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。