

pilatesK 宮崎店		【 02/01 ~ 02/08 】 スケジュール						2026/01/19 更新
02/01	02/02	02/03	02/04	02/05	02/06	02/07	02/08	
日	月	火	水	木	金	土	日	
10:30 ~ 11:30	~	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	~	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
Basic		Pilates Barre	Basic		Hip & Leg	Waist	Stretch & Conditioning	
Minori.F		Kana.S	Honoka		Miu.N	Kana.S	Miu.N	
12:30 ~ 13:30	~	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	~	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	
Pilates Cardio		Back & Arm	Pilates Barre		Stretch & Conditioning	Hip & Leg	Basic	
haruka.Y		Miu.N	Kana.S		Miu.N	Miu.N	Minori.F	
14:30 ~ 15:30	~	13:30 ~ 14:30	~	~	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	
Basic		Waist			Back & Arm	Basic	Back & Arm	
Minori.F		Kana.S			Kana.S	Minori.F	Miu.N	
16:30 ~ 17:30	~	~	~	~	~	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	
Body Balance						Pilates Barre	Basic	
haruka.Y						Kana.S	Minori.F	
~	~	~	~	~	~	~	~	
~	~	~	~	~	~	17:30 ~ 18:30	~	
						Back & Arm		
						Miu.N		
~	~	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	~	~	
		Hip & Leg	Back & Arm	Shape up waist	Basic			
		Miu.N	Miu.N	Kana.S	Minori.F			
~	~	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	~	~	
		Basic	Hip & Leg	Basic	Waist			
		Honoka	Miu.N	Minori.F	Kana.S			
~	~	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	~	~	
		Back & Arm	Basic	Pilates Barre	Basic			
		Miu.N	Minori.F	Minori.F	Minori.F			

pilatesK 宮崎店		【 02/09 ~ 02/16 】 スケジュール						
02/09	02/10	02/11	02/12	02/13	02/14	02/15	02/16	
月	火	水	木	金	土	日	月	
~	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	~	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	~	
	Basic	Waist		Body Balance	Basic	Back & Arm		
	Minori.F	Kana.S		haruka.Y	Minori.F	Miu.N		
~	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	~	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	~	
	Shape up waist	Back & Arm		Basic	Shape up waist	Release & Strength		
	Kana.S	Miu.N		Kana.S	Kana.S	haruka.Y		
~	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	~	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	~	
	Pilates Cardio	Basic		Leg Lines	Basic	Hip & Leg		
	haruka.Y	Kana.S		haruka.Y	Minori.F	Miu.N		
~	~	15:00 ~ 16:00	~	~	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30	~	
		Hip & Leg			Hip & Leg	Pilates Cardio		
		Miu.N			Kana.S	haruka.Y		
~	~	~	~	~	~	~	~	
~	~	17:30 ~ 18:30	~	~	17:30 ~ 18:30	~	~	
		Stretch & Conditioning			Waist			
		Miu.N			Kana.S			
~	18:00 ~ 19:00	~	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	~	~	~	
	Basic		Basic	Pilates Barre				
	Minori.F		Minori.F	Kana.S				
~	19:30 ~ 20:30	~	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	~	~	~	
	Waist		Waist	Basic				
	Kana.S		Kana.S	Minori.F				
~	21:00 ~ 22:00	~	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	~	~	~	
	Stretch & Conditioning		Basic	Hip & Leg				
	Miu.N		Minori.F	Kana.S				

・休職可能レッスン  
 ・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週間前までにお申し込みください。  
 ・レッスン開始時刻 1時間前を切った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 宮崎店

【 02/17 ~ 02/24 】 スケジュール

2026/01/13 更新

02/17	02/18	02/19	02/20	02/21	02/22	02/23	02/24
火	水	木	金	土	日	月	火
~	~	~	~	~	~	~	~
Release&Strength	Back&Arm		Waist	Hip&Leg	Pilates Cardio		Leg Lines
haruka.Y	Miu.N		Kana.S	Miu.N	haruka.Y		haruka.Y
~	~	~	~	~	~	~	~
Pilates Cardio	Stretch&Conditioning		Pilates Barre	Stretch&Conditioning	Basic		Basic
haruka.Y	Miu.N		haruka.Y	Miu.N	Minori.F		Minori.F
13:30 ~ 14:30	~	~	~	~	~	~	13:30 ~ 14:30
Back&Arm			Hip&Leg	Basic	Release&Strength		Body Balance
Miu.N			Kana.S	Minori.F	haruka.Y		haruka.Y
~	~	~	~	~	~	~	~
				Back&Arm	Basic		
				Miu.N	Minori.F		
~	~	~	~	~	~	~	~
~	~	~	~	17:30 ~ 18:30	~	~	~
				Basic			
				Minori.F			
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	~	~	~	18:00 ~ 19:00
Hip&Leg	Basic	Back&Arm	Basic				Basic
Kana.S	Minori.F	Miu.N	Minori.F				Minori.F
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	~	~	~	19:30 ~ 20:30
Basic	Pilates Barre	Body Balance	Pilates Cardio				Hip&Leg
Miu.N	Kana.S	haruka.Y	haruka.Y				Kana.S
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	~	~	~	21:00 ~ 22:00
Waist	Basic	Hip&Leg	Basic				Pilates Barre
Kana.S	Minori.F	Miu.N	Minori.F				Kana.S

pilatesK 宮崎店

【 02/25 ~ 02/28 】 スケジュール

02/25	02/26	02/27	02/28
水	木	金	土
10:30 ~ 11:30	~	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Basic		Basic	Pilates Barre
Minori.F		Minori.F	haruka.Y
12:30 ~ 13:30	~	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00
Waist		Release&Strength	Basic
Kana.S		haruka.Y	Minori.F
~	~	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30
		Basic	Hip&Leg
		Minori.F	Miu.N
~	~	~	15:30 ~ 16:30
			Pilates Cardio
			haruka.Y
~	~	~	~
~	~	~	17:30 ~ 18:30
			Shape up waist
			Kana.S
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
Back&Arm	Basic	Leg Lines	
Miu.N	Minori.F	haruka.Y	
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
Stretch&Conditioning	Shape up waist	Back&Arm	
Miu.N	Kana.S	Miu.N	
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
Pilates Cardio	Basic	Hip&Leg	
haruka.Y	Minori.F	Miu.N	

・休職可能レッスン  
・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週間前までにお願います。  
・レッスン開始時間1時間前まで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。