

宮崎店【2月1日～2月8日スケジュール】

2025年1月19日更新

02/01	02/02	02/03	02/04	02/05	02/06	02/07	02/08	
土	日	月	火	水	木	金	土	
10:30~11:30 Shape up Waist Nazu.Y	10:30~11:30 Stretch & Conditioning Nazu.Y	close	10:30~11:30 Waist Nazu.Y	10:30~11:30 Basic Koharu.K		10:30~11:30 Release&Strength Kyoka	10:30~11:30 Jump to Burn Kyoka	
12:00~13:00 Pilates Barre Kyoka	12:30~13:30 Waist Koharu.K		12:30~13:30 Basic haruka.Y	12:30~13:30 Stretch & Conditioning Nazu.Y		12:30~13:30 Back&Arm Kyoka	12:00~13:00 Waist Koharu.K	
13:30~14:30 Basic Koharu.K	14:30~15:30 Hip&Leg haruka.Y						13:30~14:30 Release&Strength Kyoka	
15:00~16:00 Back&Arm haruka.Y	16:30~17:30 Basic haruka.Y						15:00~16:00 Basic Koharu.K	
17:30~18:30 Basic Koharu.K							17:30~18:30 Hip&Leg haruka.Y	
				18:00~19:00 Basic Koharu.K	18:00~19:00 Shape up Waist Kyoka	18:00~19:00 Pilates Barre Nazu.Y	18:00~19:00 Basic haruka.Y	
				19:30~20:30 Jump to Burn Kyoka	19:30~20:30 Basic Nazu.Y	19:30~20:30 Back&Arm haruka.Y	19:30~20:30 Waist Koharu.K	
				21:00~22:00 Release&Strength Kyoka	21:00~22:00 Back&Arm Kyoka	21:00~22:00 Basic Nazu.Y	21:00~22:00 Hip&Leg haruka.Y	

宮崎店【2月9日～2月16日スケジュール】

02/09	02/10	02/11	02/12	02/13	02/14	02/15	02/16
日	月	火	水	木	金	土	日
10:30~11:30 Hip&Leg haruka.Y	close	10:30~11:30 Basic Koharu.K	10:30~11:30 Shape up Waist Nazu.Y		10:30~11:30 Hip&Leg haruka.Y	10:30~11:30 Basic Koharu.K	10:30~11:30 Back&Arm Kyoka
12:00~13:00 Basic Koharu.K		12:00~13:00 Back&Arm haruka.Y	12:30~13:30 Basic Koharu.K		12:30~13:30 Pilates Barre Nazu.Y	12:00~13:00 Back&Arm Kyoka	12:30~13:30 Stretch & Conditioning Nazu.Y
14:30~15:30 Pilates Barre Kyoka		13:30~14:30 Jump to Burn Kyoka				13:30~14:30 Hip&Leg Nazu.Y	14:30~15:30 Basic Kyoka
16:30~17:30 Back&Arm haruka.Y		15:00~16:00 Stretch & Conditioning Nazu.Y				15:00~16:00 Waist Koharu.K	16:30~17:30 Shape up Waist Nazu.Y
			17:30~18:30 Basic Nazu.Y			17:30~18:30 Pilates Barre Nazu.Y	
				18:00~19:00 Basic haruka.Y	18:00~19:00 Release&Strength Kyoka	18:00~19:00 Waist Koharu.K	
				19:30~20:30 Pilates Barre Kyoka	19:30~20:30 Hip&Leg haruka.Y	19:30~20:30 Stretch & Conditioning Nazu.Y	
				21:00~22:00 Back&Arm haruka.Y	21:00~22:00 Jump to Burn Kyoka	21:00~22:00 Basic Koharu.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4回に制限されます。

宮崎店【2月17日～2月24日スケジュール】

2025年1月19日更新

02/17	02/18	02/19	02/20	02/21	02/22	02/23	02/24
月	火	水	木	金	土	日	月
close	10:30～11:30 Jump to Burn Kyoka	10:30～11:30 Waist Koharu.K		10:30～11:30 Back&Arm Kyoka	10:30～11:30 Pilates Barre Nazu.Y	10:30～11:30 Basic haruka.Y	
	12:30～13:30 Basic Nazu.Y	12:30～13:30 Release&Strength Kyoka		12:30～13:30 Basic Koharu.K	12:00～13:00 Hip&Leg haruka.Y	12:30～13:30 Jump to Burn Kyoka	
					13:30～14:30 Waist Koharu.K	14:30～15:30 Hip&Leg haruka.Y	
					15:00～16:00 Back&Arm haruka.Y	16:30～17:30 Release&Strength Kyoka	
					17:30～18:30 Basic Koharu.K		
	18:00～19:00 Hip&Leg Nazu.Y	18:00～19:00 Back&Arm Kyoka	18:00～19:00 Basic haruka.Y	18:00～19:00 Pilates Barre Nazu.Y			
	19:30～20:30 Waist Koharu.K	19:30～20:30 Basic haruka.Y	19:30～20:30 Stretch & Conditioning Nazu.Y	19:30～20:30 Hip&Leg haruka.Y			
	21:00～22:00 Basic Koharu.K	21:00～22:00 Pilates Barre Kyoka	21:00～22:00 Hip&Leg haruka.Y	21:00～22:00 Shape up Waist Nazu.Y			

宮崎店【2月25日～2月28日スケジュール】

02/25	02/26	02/27	02/28
火	水	木	金
10:30～11:30 Back&Arm haruka.Y	10:30～11:30 Stretch & Conditioning Nazu.Y		10:30～11:30 Basic haruka.Y
12:30～13:30 Shape up Waist Kyoka	12:30～13:30 Basic haruka.Y		12:30～13:30 Waist Nazu.Y
18:00～19:00 Basic Kyoka	18:00～19:00 Waist Nazu.Y	18:00～19:00 Back&Arm haruka.Y	18:00～19:00 Hip&Leg Kyoka
19:30～20:30 Hip&Leg Nazu.Y	19:30～20:30 Jump to Burn Kyoka	19:30～20:30 Basic Nazu.Y	19:30～20:30 Shape up Waist Nazu.Y
21:00～22:00 Stretch & Conditioning Nazu.Y	21:00～22:00 Basic Kyoka	21:00～22:00 Waist Nazu.Y	21:00～22:00 Release&Strength haruka.Y

：体験可能レッスン
 今月も一緒にピラティスを楽しみましょう！
 STUDIO INFO
 専用ダイヤル：0570-050-055
 受付時間：9:00-18:00
 ※上記受付時間外はお電話でのご予約は承っておりません。インターネットからのご予約をご利用下さい（24時間受付）