

宮崎店【4月1日～4月8日スケジュール】

2025年3月30日更新

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

宮崎店【4月9日～4月16日スケジュール】

04/09	04/10	04/11	04/12	04/13	04/14	04/15	04/16
水	木	金	土	日	月	火	水
10:30~11:30 Pilates Barre Nazu.Y		10:30~11:30 Basic Rio.K	10:30~11:30 Hip&Leg haruka.Y	10:30~11:30 Basic Rio.K	close	10:30~11:30 Back&Arm haruka.Y	10:30~11:30 Basic 未定
12:30~13:30 Basic 未定		12:30~13:30 Waist Nazu.Y	12:00~13:00 Basic 未定	12:30~13:30 Pilates Workout Nazu.Y		12:30~13:30 Stretch & Conditioning Nazu.Y	12:30~13:30 Waist Nazu.Y
			13:30~14:30 Shape up Waist Nazu.Y	14:30~15:30 Basic Rio.K			
			15:00~16:00 Basic Rio.K	16:30~17:30 Hip&Leg haruka.Y			
			17:30~18:30 Stretch & Conditioning Nazu.Y				
18:00~19:00 Back&Arm haruka.Y	18:00~19:00 Hip&Leg haruka.Y	18:00~19:00 Basic 未定				18:00~19:00 Waist Nazu.Y	18:00~19:00 Basic Rio.K
19:30~20:30 Basic Rio.K	19:30~20:30 Release&Strength haruka.Y	19:30~20:30 Hip&Leg haruka.Y				19:30~20:30 Basic Rio.K	19:30~20:30 Hip&Leg Nazu.Y
21:00~22:00 Hip&Leg haruka.Y	21:00~22:00 Basic Rio.K	21:00~22:00 Back&Arm haruka.Y				21:00~22:00 Pilates Barre Nazu.Y	21:00~22:00 Stretch & Conditioning Nazu.Y

・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【4月17日～24日スケジュール】

2025年3月30日更新

04/17	04/18	04/19	04/20	04/21	04/22	04/23	04/24
木	金	土	日	月	火	水	木
	10:30~11:30 Release&Strength haruka.Y	10:30~11:30 Basic 未定	10:30~11:30 Hip&Leg haruka.Y	close	10:30~11:30 Basic Rio.K	10:30~11:30 Pilates Workout Nazu.Y	
	12:30~13:30 Shape up Waist Nazu.Y	12:00~13:00 Back&Arm haruka.Y	12:30~13:30 Basic 未定		12:30~13:30 Waist Nazu.Y	12:30~13:30 Basic 未定	
		13:30~14:30 Basic Rio.K	14:30~15:30 Pilates Barre Nazu.Y				
		15:00~16:00 Release&Strength haruka.Y	16:30~17:30 Basic Rio.K				
		17:30~18:30 Basic Rio.K					
18:00~19:00 Pilates Workout Nazu.Y	18:00~19:00 Pilates Barre Nazu.Y				18:00~19:00 Basic 未定	18:00~19:00 Hip&Leg haruka.Y	18:00~19:00 Shape up Waist Nazu.Y
19:30~20:30 Basic 未定	19:30~20:30 Back&Arm haruka.Y				19:30~20:30 Back&Arm haruka.Y	19:30~20:30 Basic Rio.K	19:30~20:30 Stretch & Conditioning Nazu.Y
21:00~22:00 Waist Nazu.Y	21:00~22:00 Basic Rio.K				21:00~22:00 Basic 未定	21:00~22:00 Back&Arm haruka.Y	21:00~22:00 Basic 未定

宮崎店【4月25日～4月30日スケジュール】

04/25	04/26	04/27	04/28	04/29	04/30
金	土	日	月	火	水
10:30~11:30 Basic Rio.K	10:30~11:30 Back&Arm haruka.Y	10:30~11:30 Basic Rio.K	close	10:30~11:30 Release&Strength haruka.Y	10:30~11:30 Basic 未定
12:30~13:30 Jump to Burn Nazu.Y	12:00~13:00 Basic Rio.K	12:30~13:30 Shape up Waist haruka.Y		12:30~13:30 Basic Rio.K	12:30~13:30 Jump to Burn Nazu.Y
	13:30~14:30 Hip&Leg haruka.Y	14:30~15:30 Basic 未定		14:30~15:30 Hip&Leg haruka.Y	
	15:00~16:00 Basic Rio.K	16:30~17:30 Back&Arm haruka.Y		16:30~17:30 Basic 未定	
	17:30~18:30 Release&Strength haruka.Y			17:30~18:30 Basic 未定	
18:00~19:00 Basic 未定					18:00~19:00 Basic Rio.K
19:30~20:30 Hip&Leg haruka.Y					19:30~20:30 Waist Nazu.Y
21:00~22:00 Back&Arm haruka.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）