

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

06/09	06/10	06/11	06/12	06/13	06/14	06/15	06/16
月	火	水	木	金	土	日	月
h	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Rio.K	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg haruka.Y		10:30 ~ 11:30 Basic Nazu.Y	10:30 ~ 11:30 Stretch&Conditioning Nazu.Y	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg haruka.Y	close
	12:00 ~ 13:00 Waist Yui.H	12:30 ~ 13:30 Basic Yui.H		12:00 ~ 13:00 Pilates Barre Nazu.Y	12:00 ~ 13:00 Waist Yui.H	12:30 ~ 13:30 Basic Rio.K	
	Basic Yui.H			13:30 ~ 14:30 Back & Arm haruka.Y	13:30 ~ 14:30 jump to burn Nazu.Y	14:30 ~ 15:30 Back & Arm Rio.K	
					15:00 ~ 16:00 Yui.H	16:30 ~ 17:30 Shape up waist haruka.Y	
					17:30 ~ 18:30 Basic Yui.H		
	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg haruka.Y	18:00 ~ 19:00 Basic Rio.K	18:00 ~ 19:00 Shape up waist haruka.Y	18:00 ~ 19:00 Stretch&Conditioning Nazu.Y			
	19:30 ~ 20:30 Basic Rio.K	19:30 ~ 20:30 Back & Arm Rio.K	19:30 ~ 20:30 Basic Yui.H	19:30 ~ 20:30 Pilates Workout Nazu.Y			
	21:00 ~ 22:00 Release&Strength haruka.Y	21:00 ~ 22:00 Waist Yui.H	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg haruka.Y	21:00 ~ 22:00 Basic haruka.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1回に制限されます。

pilates K 宮崎店

【 06/17 ~ 06/24 】 スケジュール

2025/06/13 更新

06/17	06/18	06/19	06/20	06/21	06/22	06/23	06/24
火	水	木	金	土	日	月	火
10:30 ~ 11:30 Basic Rio.K	10:30 ~ 11:30 Back&Arm Rio.K		10:30 ~ 11:30 Pilates Barre Nazu.Y	10:30 ~ 11:30 Pilates Workout Nazu.Y	10:30 ~ 11:30 Basic Yui.H	close	10:30 ~ 11:30 Waist Yui.H
12:00 ~ 13:00 Release&Strength haruka.Y	12:30 ~ 13:00 Pilates Barre Nazu.Y		12:00 ~ 13:00 Basic Yui.H	12:00 ~ 13:00 Back&Arm Rio.K	12:30 ~ 13:30 Stretch&Conditioning Nazu.Y		12:00 ~ 13:00 Pilates Workout Nazu.Y
13:30 ~ 14:30 Hip&Leg haruka.Y			13:30 ~ 14:30 Waist Yui.H	13:30 ~ 14:30 Basic Rio.K	14:30 ~ 15:30 Hip&Leg haruka.Y		13:30 ~ 14:30 Pilates Barre Nazu.Y
				15:00 ~ 16:00 Shape up waist haruka.Y	16:30 ~ 17:30 Pilates Barre Nazu.Y		
				17:30 ~ 18:30 Pilates Barre Nazu.Y			
18:00 ~ 19:00 Basic Yui.H	18:00 ~ 19:00 Waist Yui.H	18:00 ~ 19:00 Back&Arm Rio.K	18:00 ~ 19:00 Basic Rio.K				18:00 ~ 19:00 Release&Strength haruka.Y
19:30 ~ 20:30 Pilates Barre Nazu.Y	19:30 ~ 20:30 Basic Yui.H	19:30 ~ 20:30 Pilates Workout Nazu.Y	19:30 ~ 20:30 Release&Strength haruka.Y				19:30 ~ 20:30 Basic Yui.H
21:00 ~ 22:00 Waist Yui.H	21:00 ~ 22:00 jump to burn Nazu.Y	21:00 ~ 22:00 Basic Rio.K	21:00 ~ 22:00 Hip&Leg haruka.Y				21:00 ~ 22:00 Hip&Leg haruka.Y

pilates K 宮崎店

【 06/25 ~ 06/30 】 スケジュール

2025/06/13 更新

06/25	06/26	06/27	06/28	06/29	06/30
水	木	金	土	日	月
10:30 ~ 11:30 Release&Strength haruka.Y		10:30 ~ 11:30 Basic Yui.H	10:30 ~ 11:30 Hip&Leg haruka.Y	10:30 ~ 11:30 Back&Arm Rio.K	close
12:30 ~ 13:30 Basic Yui.H		12:00 ~ 13:00 Shape up waist haruka.Y	12:00 ~ 13:00 Basic Yui.H	12:30 ~ 13:30 Hip&Leg haruka.Y	
		13:30 ~ 14:30 Hip&Leg haruka.Y	13:30 ~ 14:30 Back&Arm Rio.K	14:30 ~ 15:30 jump to burn Nazu.Y	
			15:00 ~ 16:00 Basic Rio.K	16:30 ~ 17:30 Release&Strength haruka.Y	
			17:30 ~ 18:30 jump to burn Nazu.Y		
18:00 ~ 19:00 Shape up waist haruka.Y	18:00 ~ 19:00 Basic Rio.K	18:00 ~ 19:00 Stretch&Conditioning Nazu.Y			
19:30 ~ 20:30 Back&Arm Rio.K	19:30 ~ 20:30 Waist Yui.H	19:30 ~ 20:30 Basic Rio.K			
21:00 ~ 22:00 Basic Rio.K	21:00 ~ 22:00 Hip&Leg haruka.Y	21:00 ~ 22:00 Pilates Barre 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に制限されます。