

pilates K 宮崎店 【 07/01 ~ 07/08 】 スケジュール								2025/07/01	更新
07/01	07/02	07/03	07/04	07/05	07/06	07/07	07/08		
火	水	木	金	土	日	月	火		
10:30 ~ 11:30 Basic 未定	10:30 ~ 11:30 Basic 未定		10:30 ~ 11:30 Hip & Leg haruka.Y	10:30 ~ 11:30 Basic 未定	10:30 ~ 11:30 jump to burn Nazu.Y		10:30 ~ 11:30 Basic Monami.O		
12:00 ~ 13:00 Basic Yui.H	12:30 ~ 13:30 Pilates Barre Nazu.Y		12:00 ~ 13:00 Basic 未定	12:00 ~ 13:00 Back & Arm haruka.Y	12:30 ~ 13:30 Basic Yui.H		12:00 ~ 13:00 Shape up waist haruka.Y		
13:30 ~ 14:30 Waist Yui.H			13:30 ~ 14:30 Release&Strength haruka.Y	13:30 ~ 14:30 Pilates Workout Nazu.Y	14:30 ~ 15:30 Waist Yui.H		13:30 ~ 14:30 Back & Arm haruka.Y		
				15:00 ~ 16:00 Waist Yui.H	16:30 ~ 17:30 Pilates Barre Nazu.Y				
				17:30 ~ 18:30 Stretch & Conditioning Nazu.Y					
18:00 ~ 19:00 Basic 未定	18:00 ~ 19:00 jump to burn Nazu.Y	18:00 ~ 19:00 Basic 未定	18:00 ~ 19:00 Basic Yui.H				18:00 ~ 19:00 Waist Yui.H		
19:30 ~ 20:30 Hip & Leg haruka.Y	19:30 ~ 20:30 Back & Arm haruka.Y	19:30 ~ 20:30 Waist Yui.H	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 Shape up waist haruka.Y	21:00 ~ 22:00 Basic Yui.H	21:00 ~ 22:00 Waist Yui.H				21:00 ~ 22:00 Pilates Barre Nazu.Y		

pilates K 宮崎店 【 07/09 ~ 07/16 】 スケジュール								2025/07/01	更新
07/09	07/10	07/11	07/12	07/13	07/14	07/15	07/16		
水	木	金	土	日	月	火	水		
10:30 ~ 11:30 Hip & Leg haruka.Y		10:30 ~ 11:30 Waist Yui.H	10:30 ~ 11:30 Back & Arm haruka.Y	10:30 ~ 11:30 Shape up waist haruka.Y		10:30 ~ 11:30 Back & Arm haruka.Y	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre Nazu.Y		
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 Pilates Barre Nazu.Y		12:00 ~ 13:00 Hip & Leg haruka.Y	12:30 ~ 13:30 Shape up waist haruka.Y		
		13:30 ~ 14:30 Basic Yui.H	13:30 ~ 14:30 Waist Yui.H	14:30 ~ 15:30 Basic Monami.O		13:30 ~ 14:30 Basic Monami.O			
			15:00 ~ 16:00 Basic Monami.O	16:30 ~ 17:30 Release&Strength haruka.Y					
			17:30 ~ 18:30 Hip & Leg haruka.Y						
18:00 ~ 19:00 Basic Monami.O	18:00 ~ 19:00 Pilates Barre Nazu.Y	18:00 ~ 19:00 Basic Monami.O				18:00 ~ 19:00 Pilates Barre Nazu.Y	18:00 ~ 19:00 Basic Yui.H		
19:30 ~ 20:30 Waist Yui.H	19:30 ~ 20:30 Basic Monami.O	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg haruka.Y				19:30 ~ 20:30 Basic Monami.O	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Nazu.Y		
21:00 ~ 22:00 Basic Yui.H	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg Nazu.Y	21:00 ~ 22:00 Release&Strength haruka.Y				21:00 ~ 22:00 jump to burn Nazu.Y	21:00 ~ 22:00 Basic Yui.H		

・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時間前までにお申し込みしております。
・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		【 07/17 ~ 07/24 】		スケジュール		2025/07/01 更新	
07/17	07/18	07/19	07/20	07/21	07/22	07/23	07/24
木	金	土	日	月	火	水	木
	10:30 ~ 11:30 jump to burn Nazu.Y	10:30 ~ 11:30 Waist Yui.H	10:30 ~ 11:30 Basic Monami.O		10:30 ~ 11:30 Release&Strength haruka.Y	10:30 ~ 11:30 jump to burn Nazu.Y	
	12:00 ~ 13:00 Waist Yui.H	12:00 ~ 13:00 Basic Monami.O	12:30 ~ 13:30 Hip&Leg misaki.J		12:00 ~ 13:00 Basic Yui.H	12:30 ~ 13:30 Waist Yui.H	
	13:30 ~ 14:30 Basic Monami.O	13:30 ~ 14:30 Back&Arm haruka.Y	14:30 ~ 15:30 Basic Yui.H		13:30 ~ 14:30 Hip&Leg haruka.Y		
		15:00 ~ 16:00 Basic Monami.O	16:30 ~ 17:30 Waist Yui.H				
		17:30 ~ 18:30 Basic Yui.H					
18:00 ~ 19:00 Waist Yui.H	18:00 ~ 19:00 Basic Monami.O				18:00 ~ 19:00 Basic Akane.K	18:00 ~ 19:00 Back&Arm haruka.Y	18:00 ~ 19:00 Body Balance Nazu.Y
19:30 ~ 20:30 Basic Yui.H	19:30 ~ 20:30 Release&Strength haruka.Y				19:30 ~ 20:30 Pilates Workout Nazu.Y	19:30 ~ 20:30 Stretch&Conditioning misaki.J	19:30 ~ 20:30 Basic misaki.J
21:00 ~ 22:00 Pilates Workout Nazu.Y	21:00 ~ 22:00 Hip&Leg haruka.Y				21:00 ~ 22:00 Waist Yui.H	21:00 ~ 22:00 Basic Akane.K	21:00 ~ 22:00 Hip&Leg misaki.J

pilates K 宮崎店		【 07/25 ~ 07/31 】		スケジュール		2025/07/01 更新	
07/25	07/26	07/27	07/28	07/29	07/30	07/31	
金	土	日	月	火	水	木	
10:30 ~ 11:30 Back&Arm haruka.Y	10:30 ~ 11:30 Basic misaki.J	10:30 ~ 11:30 Pilates Workout Nazu.Y		10:30 ~ 11:30 Basic Akane.K	10:30 ~ 11:30 Shape up waist haruka.Y		
12:00 ~ 13:00 Basic Yui.H	12:00 ~ 13:00 Waist Yui.H	12:30 ~ 13:30 Stretch&Conditioning misaki.J		12:00 ~ 13:00 Body Balance Nazu.Y	12:30 ~ 13:30 Basic Akane.K		
13:30 ~ 14:30 Release&Strength haruka.Y	13:30 ~ 14:30 Pilates Barre Nazu.Y	14:30 ~ 15:30 Basic Yui.H		13:30 ~ 14:30 Waist misaki.J			
	15:00 ~ 16:00 Basic Yui.H	16:30 ~ 17:30 jump to burn misaki.J					
	17:30 ~ 18:30 Hip&Leg misaki.J						
18:00 ~ 19:00 Basic Akane.K				18:00 ~ 19:00 Hip&Leg haruka.Y	18:00 ~ 19:00 Basic Yui.H	18:00 ~ 19:00 jump to burn misaki.J	
19:30 ~ 20:30 Waist Yui.H				19:30 ~ 20:30 Basic Yui.H	19:30 ~ 20:30 Hip&Leg misaki.J	19:30 ~ 20:30 Pilates Barre Nazu.Y	
21:00 ~ 22:00 Basic Akane.K				21:00 ~ 22:00 Release&Strength haruka.Y	21:00 ~ 22:00 Back&Arm haruka.Y	21:00 ~ 22:00 Shape up waist haruka.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週間前迄にお願いしております。
・レッスン開始時間1時間前迄のキャンセルは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。