

pilates K 宮崎店		【 07/01 ~ 07/08 】		スケジュール		2025/06/13	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 Back&Arm Rio.K	10:30 ~ 11:30 Basic Rio.K		10:30 ~ 11:30 Hip&Leg haruka.Y	10:30 ~ 11:30 Basic Rio.K	10:30 ~ 11:30 jump to burn Nazu.Y		10:30 ~ 11:30 Basic Rio.K
12:00 ~ 13:00 Basic Yui.H	12:30 ~ 13:30 Pilates Barre Nazu.Y		12:00 ~ 13:00 Basic Rio.K	12:30 ~ 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 Rio.K
				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 Rio.K	18:00 ~ 19:00 jump to burn Nazu.Y	18:00 ~ 19:00 Back&Arm Rio.K	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		2025/06/13	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 Rio.K	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 Release&Strength haruka.Y
		13:30 ~ 14:30 Basic Yui.H	13:30 ~ 14:30 Waist Yui.H	14:30 ~ 15:30 Hip&Leg Nazu.Y		13:30 ~ 14:30 Basic Rio.K	
			15:00 ~ 16:00 Basic Rio.K	16:30 ~ 17:30 Release&Strength haruka.Y			
			17:30 ~ 18:30 Hip&Leg haruka.Y				
18:00 ~ 19:00 Back&Arm Rio.K	18:00 ~ 19:00 Basic Rio.K	18:00 ~ 19:00 Hip&Leg haruka.Y				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 Back&Arm Rio.K	19:30 ~ 20:30 Basic Rio.K				19:30 ~ 20:30 Basic Rio.K	19:30 ~ 20:30 Shape up waist 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 Hip&Leg Nazu.Y

・体験可能レッスン
 ・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週間前までお問い合わせしております。
 ・レッスン開始時刻 1時間前を切った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。

pilates K 宮崎店

【 07/17 ~ 07/24 】 スケジュール

2025/06/13 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 Basic Yui.H	10:30 ~ 11:30 Stretch&Conditioning Rio.K	10:30 ~ 11:30 Basic Yui.H		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 Yui.H	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg haruka.Y		12:00 ~ 13:00 Basic Yui.H	12:30 ~ 13:30 Waist Yui.H	
	13:30 ~ 14:30 Basic Rio.K	13:30 ~ 14:30 Back & Arm Rio.K	14:30 ~ 15:30 Waist Yui.H		13:30 ~ 14:30 Hip & Leg haruka.Y		
		15:00 ~ 16:00 Shape up waist haruka.Y	16:30 ~ 17:30 Basic Yui.H				
		17:30 ~ 18:30 Basic Yui.H					
18:00 ~ 19:00 Waist Yui.H	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg haruka.Y				18:00 ~ 19:00 Basic Yui.H	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg 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 Basic Rio.K	19:30 ~ 20:30 Back & Arm Rio.K
21:00 ~ 22:00 Pilates Workout Nazu.Y	21:00 ~ 22:00 Back & Arm Rio.K				21:00 ~ 22:00 Waist Yui.H	21:00 ~ 22:00 Stretch&Conditioning Rio.K	21:00 ~ 22:00 Basic Rio.K

pilates K 宮崎店

【 07/25 ~ 07/31 】 スケジュール

2025/06/13 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 Hip & Leg haruka.Y	10:30 ~ 11:30 Basic Rio.K	10:30 ~ 11:30 Pilates Workout Nazu.Y		10:30 ~ 11:30 Basic Rio.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 Rio.K		12:00 ~ 13:00 Body Balance Nazu.Y	12:30 ~ 13:30 Stretch&Conditioning Rio.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 Back & Arm Rio.K		
	15:00 ~ 16:00 Basic Yui.H	16:30 ~ 17:30 jump to burn Nazu.Y				
	17:30 ~ 18:30 Back & Arm Rio.K					
18:00 ~ 19:00 Back & Arm Rio.K				18:00 ~ 19:00 Hip & Leg haruka.Y	18:00 ~ 19:00 Basic Yui.H	18:00 ~ 19:00 Back & Arm Rio.K
19:30 ~ 20:30 Basic Rio.K				19:30 ~ 20:30 Waist Yui.H	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg haruka.Y	19:30 ~ 20:30 Pilates Barre Nazu.Y
21:00 ~ 22:00 Waist Yui.H				21:00 ~ 22:00 Release&Strength haruka.Y	21:00 ~ 22:00 Basic Yui.H	21:00 ~ 22:00 Shape up waist haruka.Y

・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週間前迄にお願ひしております。
・レッスン開始時間1時間前迄のキャンセルが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。