

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

pilates K 宮崎店 【 08/09 ~ 08/16 】 スケジュール								2025/08/12	更新
08/09	08/10	08/11	08/12	08/13	08/14	08/15	08/16		
土	日	月	火	水	木	金	土		
10:30 ~ 11:30 Waist Yui.H	10:30 ~ 11:30 Basic akari.K		10:30 ~ 11:30 Hip & Leg haruka.Y	10:30 ~ 11:30 Basic Yui.H		10:30 ~ 11:30 Basic Yui.H	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg haruka.Y		
12:00 ~ 13:00 Basic akari.K	12:30 ~ 13:30 Pilates Barre Nazu.Y		12:00 ~ 13:00 Shape up waist haruka.Y	12:30 ~ 13:30 Back & Arm haruka.Y		12:00 ~ 13:00 Waist akari.K	12:00 ~ 13:00 Basic Yui.H		
13:30 ~ 14:30 Waist Yui.H	14:30 ~ 15:30 Basic akari.K		13:30 ~ 14:30 Basic akari.K			13:30 ~ 14:30 Basic Yui.H	13:30 ~ 14:30 Back & Arm haruka.Y		
15:00 ~ 16:00 Basic akari.K	16:30 ~ 17:30 Body Balance Nazu.Y						15:00 ~ 16:00 Basic Yui.H		
17:30 ~ 18:30 Basic akari.K							17:30 ~ 18:30 Waist Yui.H		
			18:00 ~ 19:00 Basic Yui.H	18:00 ~ 19:00 Waist Yui.H	18:00 ~ 19:00 Basic Yui.H	18:00 ~ 19:00 Back & Arm haruka.Y			
			19:30 ~ 20:30 Release&Strength haruka.Y	19:30 ~ 20:30 Basic akari.K	19:30 ~ 20:30 Waist Yui.H	19:30 ~ 20:30 Basic akari.K			
			21:00 ~ 22:00 Basic Yui.H	21:00 ~ 22:00 Waist akari.K	21:00 ~ 22:00 Shape up waist haruka.Y	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg haruka.Y			

・休職可能レッスン
・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 時間前まで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 【 08/17 ~ 08/24 】 スケジュール								2025/08/12	更新
08/17	08/18	08/19	08/20	08/21	08/22	08/23	08/24		
日	月	火	水	木	金	土	日		
10:30 ~ 11:30 Basic Yui.H		10:30 ~ 11:30 Basic Yui.H	10:30 ~ 11:30 Waist akari.K		10:30 ~ 11:30 Hip & Leg haruka.Y	10:30 ~ 11:30 Back & Arm haruka.Y	10:30 ~ 11:30 Waist akari.K		
12:30 ~ 13:30 Hip & Leg haruka.Y		12:00 ~ 13:00 Release&Strength haruka.Y	12:30 ~ 13:30 Basic akari.K		12:00 ~ 13:00 Basic akari.K	12:00 ~ 13:00 Waist akari.K	12:30 ~ 13:30 Basic Yui.H		
14:30 ~ 15:30 Basic Yui.H		13:30 ~ 14:30 Waist Yui.H			13:30 ~ 14:30 Shape up waist haruka.Y	13:30 ~ 14:30 Basic akari.K	14:30 ~ 15:30 Back & Arm Yui.H		
16:30 ~ 17:30 Release&Strength haruka.Y						15:00 ~ 16:00 Hip & Leg haruka.Y	16:30 ~ 17:30 Basic akari.K		
						17:30 ~ 18:30 Basic Yui.H			
		18:00 ~ 19:00 Waist akari.K	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg haruka.Y	18:00 ~ 19:00 Body Balance Nazu.Y	18:00 ~ 19:00 Basic Yui.H				
		19:30 ~ 20:30 Basic akari.K	19:30 ~ 20:30 Back & Arm Yui.H	19:30 ~ 20:30 Basic Yui.H	19:30 ~ 20:30 Waist akari.K				
		21:00 ~ 22:00 Hip & Leg haruka.Y	21:00 ~ 22:00 Basic Yui.H	21:00 ~ 22:00 Pilates Workout Nazu.Y	21:00 ~ 22:00 Back & Arm Yui.H				

pilates K 宮崎店 【 08/25 ~ 08/31 】 スケジュール							2025/08/12	更新
08/25	08/26	08/27	08/28	08/29	08/30	08/31		
月	火	水	木	金	土	日		
	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg haruka.Y	10:30 ~ 11:30 Basic haruka.Y		10:30 ~ 11:30 Back & Arm Yui.H	10:30 ~ 11:30 Basic akari.K	10:30 ~ 11:30 Back & Arm haruka.Y		
	12:00 ~ 13:00 Basic Yui.H	12:30 ~ 13:30 jump to burn Nazu.Y		12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning Nazu.Y	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Nazu.Y	12:30 ~ 13:30 Shape up waist haruka.Y		
	13:30 ~ 14:30 Release&Strength haruka.Y			13:30 ~ 14:30 Pilates Barre Nazu.Y	13:30 ~ 14:30 Pilates Workout Nazu.Y	14:30 ~ 15:30 jump to burn Nazu.Y		
					15:00 ~ 16:00 Waist akari.K	16:30 ~ 17:30 Release&Strength haruka.Y		
					17:30 ~ 18:30 Body Balance Nazu.Y			
	18:00 ~ 19:00 Basic Yui.H	18:00 ~ 19:00 Waist akari.K	18:00 ~ 19:00 Basic akari.K	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg haruka.Y				
	19:30 ~ 20:30 Waist akari.K	19:30 ~ 20:30 Basic akari.K	19:30 ~ 20:30 Back & Arm Yui.H	19:30 ~ 20:30 Shape up waist haruka.Y				
	21:00 ~ 22:00 Basic akari.K	21:00 ~ 22:00 Pilates Barre Nazu.Y	21:00 ~ 22:00 Waist Yui.H	21:00 ~ 22:00 Basic akari.K				

・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週間前迄にお願いたします。
・レッスン開始時刻1時間前ま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。