

pilates K 宮崎店		【 09/01 ~ 09/08 】		スケジュール		2025/08/20	更新
09/01	09/02	09/03	09/04	09/05	09/06	09/07	09/08
月	火	水	木	金	土	日	月
close	10:30 ~ 11:30 Basic Yui.H	10:30 ~ 11:30 Back&Arm Yui.H		10:30 ~ 11:30 jump to burn Nazu.Y	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre Nazu.Y	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg haruka.Y	close
	12:00 ~ 13:00 Waist akari.K	12:00 ~ 13:00 Release&Strength haruka.Y		12:00 ~ 13:00 Basic Yui.H	12:00 ~ 13:00 Waist akari.K	12:30 ~ 13:30 Stretch&Conditioning Nazu.Y	
	13:30 ~ 14:30 Back&Arm Yui.H			13:30 ~ 14:30 Body Balance Nazu.Y	13:30 ~ 14:30 Basic Yui.H	14:30 ~ 15:30 Shape up waist haruka.Y	
					15:00 ~ 16:00 Pilates Workout Nazu.Y	16:30 ~ 17:30 Body Balance Nazu.Y	
					17:30 ~ 18:30 Basic akari.K		
	18:00 ~ 19:00 Waist akari.K	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg haruka.Y	18:00 ~ 19:00 Back&Arm Yui.H	18:00 ~ 19:00 Basic akari.K			
	19:30 ~ 20:30 Basic akari.K	19:30 ~ 20:30 Pilates Workout Nazu.Y	19:30 ~ 20:30 Basic akari.K	19:30 ~ 20:30 Back&Arm Yui.H			
	21:00 ~ 22:00 Body Balance Nazu.Y	21:00 ~ 22:00 Basic haruka.Y	21:00 ~ 22:00 Waist Yui.H	21:00 ~ 22:00 Basic akari.K			

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

【 09/17 ~ 09/24 】 スケジュール

2025/08/20 更新

09/17	09/18	09/19	09/20	09/21	09/22	09/23	09/24
水	木	金	土	日	月	火	水
10:30 ~ 11:30 Back & Arm Yui.H		10:30 ~ 11:30 Basic akari.K	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Yui.H	10:30 ~ 11:30 Body Balance Nazu.Y	close	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Yui.H	10:30 ~ 11:30 Basic akari.K
12:30 ~ 13:30 Pilates Barre Nazu.Y		12:00 ~ 13:00 Release&Strength haruka.Y	12:00 ~ 13:00 Waist Yui.H	12:30 ~ 13:30 Back & Arm Yui.H		12:00 ~ 13:00 Basic akari.K	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg Yui.H
		13:30 ~ 14:30 Waist akari.K	13:30 ~ 14:30 Basic akari.K	14:30 ~ 15:30 Hip & Leg Yui.H		13:30 ~ 14:30 Back & Arm Yui.H	
			15:00 ~ 16:00 Leg Lines haruka.Y	16:30 ~ 17:30 jump to burn Nazu.Y		15:00 ~ 16:00 Basic akari.K	
			17:30 ~ 18:30 Basic akari.K			17:30 ~ 18:30 Stretch & Conditioning akari.K	
18:00 ~ 19:00 Basic Yui.H	18:00 ~ 19:00 Back & Arm Yui.H	18:00 ~ 19:00 Basic Yui.H					18:00 ~ 19:00 Shape up waist haruka.Y
19:30 ~ 20:30 Pilates Workout Nazu.Y	19:30 ~ 20:30 Release&Strength haruka.Y	19:30 ~ 20:30 Back & Arm Yui.H					19:30 ~ 20:30 Release&Strength haruka.Y
21:00 ~ 22:00 Basic akari.K	21:00 ~ 22:00 Waist Yui.H	21:00 ~ 22:00 Leg Lines haruka.Y					21:00 ~ 22:00 Pilates Workout Nazu.Y

pilates K 宮崎店

【 09/25 ~ 09/30 】 スケジュール

2025/08/20 更新

09/25	09/26	09/27	09/28	09/29	09/30	
木	金	土	日	月	火	
	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Yui.H	10:30 ~ 11:30 Basic akari.K	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre Nazu.Y	close	10:30 ~ 11:30 Leg Lines haruka.Y	
	12:00 ~ 13:00 Basic akari.K	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Yui.H	12:30 ~ 13:30 Basic akari.K		12:00 ~ 13:00 Waist akari.K	
	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg Yui.H	13:30 ~ 14:30 Leg Lines haruka.Y	14:30 ~ 15:30 Pilates Workout Nazu.Y		13:30 ~ 14:30 Basic akari.K	
		15:00 ~ 16:00 Waist akari.K	16:30 ~ 17:30 Basic akari.K			
		Release&Strength haruka.Y				
18:00 ~ 19:00 Pilates Barre Nazu.Y	18:00 ~ 19:00 Release&Strength haruka.Y				18:00 ~ 19:00 jump to burn Nazu.Y	
19:30 ~ 20:30 Shape up waist haruka.Y	19:30 ~ 20:30 Waist akari.K				19:30 ~ 20:30 Hip & Leg haruka.Y	
21:00 ~ 22:00 Hip & Leg haruka.Y	21:00 ~ 22:00 Basic akari.K				21:00 ~ 22:00 Release&Strength 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。
・レッスン開始時刻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。