

【 05/01 ~ 05/08 】 スケジュール

2020/04/15 更新

pilatesK 宮崎店		【 05/01 ~ 05/08 】 スケジュール						2020/04/15 更新
05/01	05/02	05/03	05/04	05/05	05/06	05/07	05/08	
金	土	日	月	火	水	木	金	
10:30 ~ 11:30 Waist Koharu.K	10:30 ~ 11:30 Basic Miu.N	10:30 ~ 11:30 Body Balance haruka.Y	close	10:30 ~ 11:30 Basic Miu.N	10:30 ~ 11:30 jump to burn haruka.Y	close	10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning Miu.N	
12:00 ~ 13:00 Release&Strength haruka.Y	12:00 ~ 13:00 Back&Arm chihiro.T	12:30 ~ 13:30 Pre Basic Miu.N		12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning Miu.N	12:30 ~ 13:30 Pre Basic Miu.N		12:00 ~ 13:00 Waist Koharu.K	
13:30 ~ 14:30 jump to burn Koharu.K	13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning Miu.N	14:30 ~ 15:30 Back & Arm chihiro.T		13:30 ~ 14:30 Back & Arm chihiro.T	close		13:30 ~ 14:30 Basic Miu.N	
close	15:00 ~ 16:00 Hip & Leg Miu.N	16:30 ~ 17:30 jump to burn Koharu.K		close			close	close
	17:30 ~ 18:30 Back & Arm chihiro.T	close						
	18:00 ~ 19:00 Basic haruka.Y							
19:30 ~ 20:30 Back & Arm chihiro.T	close			19:30 ~ 20:30 Pilates Barre haruka.Y			19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Miu.N	19:30 ~ 20:30 Basic Koharu.K
21:00 ~ 22:00 Pilates Cardio haruka.Y		21:00 ~ 22:00 Back & Arm chihiro.T		21:00 ~ 22:00 Pilates Barre Koharu.K			21:00 ~ 22:00 Shape up waist Koharu.K	21:00 ~ 22:00 Back & Arm chihiro.T

【 05/09 ~ 05/16 】 スケジュール

pilatesK 宮崎店		【 05/09 ~ 05/16 】 スケジュール												
05/09	05/10	05/11	05/12	05/13	05/14	05/15	05/16							
土	日	月	火	水	木	金	土							
10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Miu.N	10:30 ~ 11:30 jump to burn Koharu.K	close	10:30 ~ 11:30 Back & Arm chihiro.T	10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning Miu.N	close	10:30 ~ 11:30 Waist chihiro.T	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre Koharu.K							
12:00 ~ 13:00 Pilates Cardio haruka.Y	12:30 ~ 13:30 Body Balance haruka.Y		12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Miu.N	12:30 ~ 13:30 Back & Arm chihiro.T		12:00 ~ 13:00 Pre Basic Miu.N	12:30 ~ 13:30 Back & Arm chihiro.T							
13:30 ~ 14:30 Back & Arm chihiro.T	14:30 ~ 15:30 Pre Basic Miu.N		13:30 ~ 14:30 Basic Miu.N	close		close	13:30 ~ 14:30 Back & Arm chihiro.T	13:30 ~ 14:30 Body Balance Koharu.K						
15:00 ~ 16:00 Pilates Barre Koharu.K	16:30 ~ 17:30 Waist Koharu.K		close				close	close	close	15:00 ~ 16:00 Waist chihiro.T				
close	close									close	close	close	17:30 ~ 18:30 Stretch & Conditioning Miu.N	17:30 ~ 18:30 jump to burn Koharu.K
													close	close
18:00 ~ 19:00 Body Balance Koharu.K	18:00 ~ 19:00 Basic Koharu.K		18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Koharu.K				18:00 ~ 19:00 Pilates Barre haruka.Y							
19:30 ~ 20:30 jump to burn Koharu.K	19:30 ~ 20:30 Back & Arm chihiro.T		19:30 ~ 20:30 Pilates Cardio haruka.Y				19:30 ~ 20:30 Stretch & Conditioning Miu.N							
21:00 ~ 22:00 Pre Basic Miu.N	21:00 ~ 22:00 Shape up waist Koharu.K		21:00 ~ 22:00 Release&Strength haruka.Y				21:00 ~ 22:00 Basic 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週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。

pilatesK 宮崎店		【 05/17 ~ 05/24 】 スケジュール						2026/04/15 更新
05/17	05/18	05/19	05/20	05/21	05/22	05/23	05/24	
日	月	火	水	木	金	土	日	
close	close	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg haruka.Y	10:30 ~ 11:30 Waist chihiro.T	close	10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning Miu.N	10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio haruka.Y	10:30 ~ 11:30 Waist chihiro.T	
		12:00 ~ 13:00 Shape up waist haruka.Y	12:30 ~ 13:30 Basic Miu.N		12:00 ~ 13:00 Hip & Leg haruka.Y	12:00 ~ 13:00 Pilates Barre haruka.Y	12:30 ~ 13:30 Basic Koharu.K	
		13:30 ~ 14:30 Release & Strength haruka.Y	close		13:30 ~ 14:30 Basic Miu.N	13:30 ~ 14:30 Back & Arm chihiro.T	14:30 ~ 15:30 Body Balance Koharu.K	
		18:00 ~ 19:00 Pre Basic Miu.N			18:00 ~ 19:00 Body Balance haruka.Y	18:00 ~ 19:00 Shape up waist Koharu.K	18:00 ~ 19:00 Body Balance haruka.Y	close
		19:30 ~ 20:30 Stretch & Conditioning Miu.N	19:30 ~ 20:30 Pilates Barre haruka.Y		19:30 ~ 20:30 Hip & Leg Koharu.K	19:30 ~ 20:30 Waist chihiro.T		
		21:00 ~ 22:00 Back & Arm Miu.N	21:00 ~ 22:00 jump to burn haruka.Y		21:00 ~ 22:00 Basic Koharu.K	21:00 ~ 22:00 Pilates Barre Koharu.K		
		17:30 ~ 18:30 Pre Basic Miu.N	close		15:00 ~ 16:00 Pre Basic Miu.N	16:30 ~ 17:30 jump to burn haruka.Y		
		17:30 ~ 18:30 Release & Strength haruka.Y						

pilatesK 宮崎店		【 05/25 ~ 05/31 】 スケジュール							
05/25	05/26	05/27	05/28	05/29	05/30	05/31			
月	火	水	木	金	土	日			
close	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre haruka.Y	close	close	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Miu.N	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre haruka.Y	10:30 ~ 11:30 Pre Basic Miu.N			
	12:00 ~ 13:00 Back & Arm chihiro.T			12:00 ~ 13:00 Basic Miu.N	12:00 ~ 13:00 jump to burn haruka.Y	12:30 ~ 13:30 Hip & Leg haruka.Y			
	13:30 ~ 14:30 Body Balance Koharu.K			14:00 ~ 15:00 Waist rena	13:30 ~ 14:30 Shape up waist Koharu.K	13:30 ~ 14:30 Pre Basic Miu.N	14:30 ~ 15:30 Release & Strength haruka.Y		
	15:00 ~ 16:00 Waist rena			15:30 ~ 16:30 jump to burn haruka.Y	15:00 ~ 16:00 Stretch & Conditioning Miu.N	15:00 ~ 16:00 Stretch & Conditioning Miu.N	16:30 ~ 17:30 Waist rena		
	17:30 ~ 18:30 Pre Basic Miu.N			close	17:30 ~ 18:30 Waist rena	close	17:30 ~ 18:30 Waist rena	close	
	18:00 ~ 19:00 Pilates Barre Koharu.K				18:00 ~ 19:00 Back & Arm chihiro.T		18:00 ~ 19:00 Waist chihiro.T		
	close			close	19:30 ~ 20:30 Back & Arm chihiro.T	19:30 ~ 20:30 Pilates Cardio haruka.Y	19:30 ~ 20:30 Body Balance Koharu.K		close
					21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning Miu.N	21:00 ~ 22:00 Waist rena	21:00 ~ 22:00 Back & Arm chihiro.T		

・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週間前までにお申し込みください。
 ・レッスン開始時刻1時間前までのキャンセルは前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。