

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

06/09	06/10	06/11	06/12	06/13	06/14	06/15	06/16		
火	水	木	金	土	日	月	火		
10:30 ~ 11:30 Basic Miu.N	10:30 ~ 11:30 Shape up waist Koharu.K	close	10:30 ~ 11:30 Pre Basic Miu.N	10:30 ~ 11:30 Release&Strength haruka.Y	10:30 ~ 11:30 Waist chihiro.T	close	10:30 ~ 11:30 Back&Arm chihiro.T		
12:00 ~ 13:00 jump to burn Koharu.K	12:30 ~ 13:30 Stretch&Conditioning Miu.N		12:00 ~ 13:00 Hip&Leg Miu.N	12:00 ~ 13:00 Pre Basic Miu.N	12:30 ~ 13:30 Hip&Leg Miu.N		12:00 ~ 13:00 Stretch&Conditioning Miu.N		
13:30 ~ 14:30 Back&Arm chihiro.T	close		13:30 ~ 14:30 jump to burn Koharu.K	13:30 ~ 14:30 Waist Rena.K	14:30 ~ 15:30 Pilates Cardio haruka.Y		13:30 ~ 14:30 Waist chihiro.T		
close			15:00 ~ 16:00 Back&Arm chihiro.T	close	15:00 ~ 16:00 Back&Arm chihiro.T		16:30 ~ 17:30 Basic Miu.N		
			close		17:30 ~ 18:30 jump to burn Koharu.K		close		
					18:00 ~ 19:00 Waist Rena.K			18:00 ~ 19:00 Body Balance Koharu.K	18:00 ~ 19:00 Pre Basic Miu.N
19:30 ~ 20:30 Body Balance haruka.Y			19:30 ~ 20:30 Basic haruka.Y	19:30 ~ 20:30 Waist chihiro.T	19:30 ~ 20:30 Basic Koharu.K		close	close	19:30 ~ 20:30 Waist Rena.K
21:00 ~ 22:00 Back&Arm chihiro.T			21:00 ~ 22:00 Waist Rena.K	21:00 ~ 22:00 Back&Arm chihiro.T	21:00 ~ 22:00 Waist Rena.K				21:00 ~ 22:00 jump to burn Koharu.K

・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

【 06/17 ~ 06/24 】 スケジュール

2026/06/03 更新

06/17	06/18	06/19	06/20	06/21	06/22	06/23	06/24	
水	木	金	土	日	月	火	水	
10:30 ~ 11:30 Basic Miu.N	close	10:30 ~ 11:30 Waist Rena.K	10:30 ~ 11:30 jump to burn Koharu.K	10:30 ~ 11:30 Basic Miu.N	close	10:30 ~ 11:30 Body Balance haruka.Y	10:30 ~ 11:30 Shape up waist haruka.Y	
12:00 ~ 13:30 Back&Arm chihiro.T		12:00 ~ 13:00 Pilates Cardio haruka.Y	12:00 ~ 13:00 Hip&Leg haruka.Y	12:30 ~ 13:30 Waist Rena.K		12:00 ~ 13:00 Waist chihiro.T	12:30 ~ 13:30 Pre Basic Miu.N	
close		13:30 ~ 14:30 Basic haruka.Y	13:30 ~ 14:30 Pilates Barre haruka.Y	14:30 ~ 15:30 Stretch & Conditioning Miu.N		13:30 ~ 14:30 jump to burn haruka.Y	close	
		close	close	15:00 ~ 16:00 Pre Basic Miu.N		16:30 ~ 17:30 Waist Rena.K		
				17:30 ~ 18:30 Back&Arm chihiro.T				
				18:00 ~ 19:00 Waist Rena.K		18:00 ~ 19:00 Body Balance Koharu.K		18:00 ~ 19:00 Hip&Leg Miu.N
19:30 ~ 20:30 jump to burn Koharu.K		19:30 ~ 20:30 Pilates Barre Koharu.K	19:30 ~ 20:30 Stretch & Conditioning Miu.N	close		close	19:30 ~ 20:30 Basic Koharu.K	19:30 ~ 20:30 Back&Arm chihiro.T
21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning Koharu.K		21:00 ~ 22:00 Waist chihiro.T	21:00 ~ 22:00 Back&Arm chihiro.T				21:00 ~ 22:00 Shape up waist Koharu.K	21:00 ~ 22:00 Waist Rena.K

pilatesK 宮崎店

【 06/25 ~ 06/30 】 スケジュール

06/25	06/26	06/27	06/28	06/29	06/30	
木	金	土	日	月	火	
close	10:30 ~ 11:30 Release&Strength haruka.Y	10:30 ~ 11:30 Basic Miu.N	10:30 ~ 11:30 Back&Arm chihiro.T	close	10:30 ~ 11:30 Waist Rena.K	
	12:00 ~ 13:00 Hip&Leg haruka.Y	12:00 ~ 13:00 Pilates Cardio haruka.Y	12:30 ~ 13:30 Pilates Barre Koharu.K		12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning Miu.N	
	13:30 ~ 14:30 jump to burn Koharu.K	13:30 ~ 14:30 Body Balance Koharu.K	14:30 ~ 15:30 Waist Rena.K		13:30 ~ 14:30 Pre Basic Miu.N	
	close	close	15:00 ~ 16:00 Waist Rena.K		16:30 ~ 17:30 jump to burn haruka.Y	
			17:30 ~ 18:30 Hip&Leg Koharu.K			
			18:00 ~ 19:00 Waist Rena.K		18:00 ~ 19:00 Waist Rena.K	
	19:30 ~ 20:30 Basic Miu.N	19:30 ~ 20:30 Back&Arm chihiro.T	close		close	19:30 ~ 20:30 jump to burn Koharu.K
	21:00 ~ 22:00 Hip&Leg Miu.N	21:00 ~ 22:00 Waist Rena.K				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週間前までにお願しております。  
 ・レッスンの開始時間1週間前までのご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。