

pilatesK 宮崎店		【 09/01 ~ 09/08 】		スケジュール		2026/08/15 更新				
09/01	09/02	09/03	09/04	09/05	09/06	09/07	09/08			
火	水	木	金	土	日	月	火			
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30			
Basic	Back&Arm		Beauty Conditioning	Basic	Hip&Leg		Style up Pilates			
chihiro.T	chihiro.T		haruka.Y	chihiro.T	Koharu.K		Koharu.K			
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00			
Pilates Cardio	Waist		Hip Punch	jump to burn	Waist		Waist			
haruka.Y	Rena.K		haruka.Y	Koharu.K	Rena.K		Rena.K			
13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30			
Back &Arm			Waist	Hip &Leg	Style up Pilates		jump to burn			
未確定インストラクター			Rena.K	haruka.Y	Koharu.K		Koharu.K			
close			close	close	15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30	close		
					Release&Strength		Waist			
					haruka.Y		Rena.K			
					close		close			
17:30 ~ 18:30										
Style up Pilates										
Koharu.K			close	close	close		close	close	close	
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00
Body Balance	Style up Pilates	Waist				Pre Basic				Beauty Conditioning
Koharu.K	Koharu.K	Rena.K				Koharu.K				Mizuki
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30
Hip&Leg	Shape up waist	Basic				Waist				Pre Basic
haruka.Y	haruka.Y	chihiro.T				Rena.K				Koharu.K
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00					
Pre Basic	Basic	Waist	jump to burn		Pilates Cardio					
Koharu.K	Koharu.K	Rena.K	Koharu.K		Mizuki					

pilatesK 宮崎店		【 09/09 ~ 09/16 】 スケジュール						
09/09	09/10	09/11	09/12	09/13	09/14	09/15	09/16	
水	木	金	土	日	月	火	水	
10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
Waist		Hip&Leg	Waist	Back&Arm		Pre Basic	Basic	
Rena.K		Koharu.K	Rena.K	未確定インストラクター		Koharu.K	chihiro.T	
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	
Beauty Conditioning		Pilates Cardio	Style up Pilates	Beauty Conditioning		Release&Strength	Pilates Cardio	
Misuzu.K		haruka.Y	Koharu.K	haruka.Y		chihiro.T	haruka.Y	
close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close	
		Style up Pilates	Waist	Basic		Waist		
		Koharu.K	Rena.K	chihiro.T		Rena.K		
		close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close		
			Basic					Hip&Leg
			chihiro.T					haruka.Y
			close					
		17:30 ~ 18:30	jump to burn					
		Koharu.K						
		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		close		close
jump to burn	Basic	Waist	Hip Punch	Body Balance				
Koharu.K	chihiro.T	Rena.K	haruka.Y	Koharu.K				
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				
Waist	Hip Punch	Beauty Conditioning	Shape up waist	Waist				
Rena.K	haruka.Y	haruka.Y	Koharu.K	Rena.K				
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				
Pre Basic	Release&Strength	Waist	Beauty Conditioning	Style up Pilates				
Koharu.K	haruka.Y	Rena.K	haruka.Y	Koharu.K				

・休数可能レッスン
 ・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。

pilatesK 宮崎店		【 09/17 ~ 09/24 】 スケジュール						2026/08/15 更新
09/17	09/18	09/19	09/20	09/21	09/22	09/23	09/24	
木	金	土	日	月	火	水	木	
close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	
	Back&Arm	Pilates Cardio	Waist		Style up Pilates	Hip Punch		
	chihiro.T	haruka.Y	Rena.K		Koharu.K	haruka.Y		
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		
	Shape up waist	Waist	Basic		Back&Arm	Basic		
	Koharu.K	Rena.K	chihiro.T		chihiro.T	chihiro.T		
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		
	Release&Strength	Pre Basic	Release&Strength		Jump to burn	Waist		
	chihiro.T	Koharu.K	chihiro.T		Koharu.K	Rena.K		
	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00		
		Beauty Conditioning	Waist		Basic	Beauty Conditioning		
		haruka.Y	Rena.K		chihiro.T	haruka.Y		
		close	close		close	close		
	close	17:30 ~ 18:30	close		17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30		
		Hip&Leg			Waist	Back&Arm		
Koharu.K		Rena.K		chihiro.T				
18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			
Waist	Pilates Cardio	close	close	close	close	Body Balance		
Rena.K	haruka.Y					Koharu.K		
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30					19:30 ~ 20:30		
Release&Strength	Basic					Waist		
chihiro.T	chihiro.T					Rena.K		
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00					21:00 ~ 22:00		
Basic	Hip&Leg					Hip&Leg		
chihiro.T	haruka.Y	Koharu.K						

pilatesK 宮崎店		【 09/25 ~ 09/30 】		スケジュール							
09/25		09/26		09/27		09/28		09/29		09/30	
金		土		日		月		火		水	
10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30				10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	
Basic		Back&Arm		Body Balance				Back&Arm		Waist	
chihiro.T		chihiro.T		Koharu.K				chihiro.T		Rena.K	
12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30				12:00 ~ 13:00		12:30 ~ 13:30	
Beauty Conditioning		Style up Pilates		Waist				Waist		jump to burn	
haruka.Y		Koharu.K		Rena.K		close		Rena.K		Koharu.K	
13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30		14:30 ~ 15:30				13:30 ~ 14:30		close	
Back&Arm		jump to burn		Pre Basic				Basic			
chihiro.T		haruka.Y		Koharu.K				chihiro.T			
close		15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30				close			
		Basic		Waist							
		chihiro.T		Rena.K							
		close		close							
17:30 ~ 18:30											
Hip Punch											
haruka.Y											
18:00 ~ 19:00		close		close		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00			
Waist						Pilates Cardio		Release&Strength			
Rena.K						haruka.Y		chihiro.T			
19:30 ~ 20:30						19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30			
jump to burn						Pre Basic		Shape up waist			
haruka.Y						Koharu.K		Koharu.K			
21:00 ~ 22:00						21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00			
Waist		Hip&Leg		Basic							
Rena.K		haruka.Y		chihiro.T							

・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は、1時間前迄にお願ひいたします。
 ※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。