

pilatesK 宮崎店		【 09/01 ~ 09/08 】		スケジュール		2026/09/02 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		jump to burn	Basic	Hip&Leg		Style up Pilates	
haruka.Y	haruka.Y		haruka.Y	haruka.Y	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	
Koharu.K			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								
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	close	close	18:00 ~ 19:00	
Body Balance	Style up Pilates	Waist	Beauty Conditioning				Pre Basic	
Koharu.K	Koharu.K	Rena.K	haruka.Y				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				Basic	
haruka.Y	haruka.Y	Koharu.K	Rena.K				未確定	
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	
Pre Basic	Basic	Style up Pilates	Basic				Hip&Leg	
Koharu.K	Koharu.K	Koharu.K	未確定				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		Hip&Leg	Basic		
Rena.K		Koharu.K	Rena.K	未確定		haruka.Y	未確定		
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		
Basic		Pilates Cardio	Style up Pilates	Beauty Conditioning		Release&Strength	Pilates Cardio		
Koharu.K		haruka.Y	Koharu.K	haruka.Y		haruka.Y	haruka.Y		
close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		close	13:30 ~ 14:30	close	
		Style up Pilates	Waist	Pre Basic			Waist		
		Koharu.K	Rena.K	Koharu.K			Rena.K		
		close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30			close		
			Basic	Hip&Leg					
			未確定	haruka.Y					
			close	close					
		17:30 ~ 18:30							
		jump to burn							
		Koharu.K							
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	close	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		
Waist	Hip Punch	Basic				Hip Punch	Body Balance		
Rena.K	haruka.Y	未確定				haruka.Y	Koharu.K		
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
jump to burn	Waist	Beauty Conditioning				Basic	Waist		
Koharu.K	Rena.K	haruka.Y				未確定	Rena.K		
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		
Waist	Release&Strength	Back&Arm				Waist	Style up Pilates		
Rena.K	haruka.Y	haruka.Y				Rena.K	Koharu.K		

・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。

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		
	Koharu.K	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		
	Basic	Waist	Basic		Back & Arm	Basic		
	未確定	Rena.K	未確定		未確定	未確定		
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		
	Body Balance	Basic	Body Balance		Jump to burn	Waist		
	Koharu.K	未確定	未確定		Koharu.K	Rena.K		
	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00		
		Beauty Conditioning	Waist		Waist	Beauty Conditioning		
		haruka.Y	Rena.K		Rena.K	haruka.Y		
		close	close		close	close		
	close	17:30 ~ 18:30	close		17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30		
		Waist			Waist	Back & Arm		
Rena.K		Rena.K		未確定				
18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00				
Style up Pilates	Waist	close	close	Hip & Leg				
Koharu.K	Rena.K			Koharu.K				
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30				
Release&Strength	Basic			Waist				
haruka.Y	未確定			Rena.K				
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00				
Hip & Leg	Waist			Body Balance				
haruka.Y	Rena.K	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		close		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	
Basic		Back&Arm		Body Balance				Pre Basic		Waist	
未確定		未確定		Koharu.K				Koharu.K		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				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				Back&Arm			
haruka.Y		haruka.Y		Koharu.K				Koharu.K			
close		15:00 ~ 16:00		16:30 ~ 17:30				close			
		Basic		Waist							
		Koharu.K		Rena.K							
close		close		close		close		close			
		17:30 ~ 18:30									
		Hip Punch									
haruka.Y		close									
18:00 ~ 19:00						18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00	
Waist						Pilates Cardio		Release&Strength			
Rena.K						haruka.Y		haruka.Y			
19:30 ~ 20:30						close		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	
jump to burn		close				Basic		Style up Pilates			
haruka.Y						未確定		Koharu.K			
21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00					
Waist				Hip&Leg		Basic					
Rena.K				haruka.Y		未確定					

・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。