

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	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			Koharu.K		
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	Miu.N			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	sayaka.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	
Basic		Pilates Cardio	Style up Pilates	Beauty Conditioning		Release&Strength	Pilates Cardio	
Koharu.K		haruka.Y	Koharu.K	haruka.Y		未確定	haruka.Y	
close		close	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		14:30 ~ 15:30	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		
				sayaka.t		sayaka.t		
	close			close				
	17:30 ~ 18:30		close					
	jump to burn							
	Koharu.K							
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			
Waist	Hip Punch	Basic		Hip Punch	Body Balance			
Rena.K	haruka.Y	sayaka.t		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		sayaka.t	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	未確定	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週間前までにお願しております。
 ・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		
	sayaka.t	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	sayaka.t	未確定		未確定	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		
		17:30 ~ 18:30			17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30		
	Waist	Waist			Back&Arm			
	Rena.K	nana.f			未確定			
	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00			
	Style up Pilates	Waist			Hip&Leg			
	Koharu.K	Rena.K			nana.f			
	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30			
	Release&Strength	Basic			Waist			
haruka.Y	sayaka.t	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
nana.f	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	
nana.f	haruka.Y	Koharu.K		Koharu.K	
close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close	
	Basic	Waist			
	Koharu.K	Rena.K			
	close	close			
	17:30 ~ 18:30				
Hip Punch					
18:00 ~ 19:00	close	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
Waist			Pilates Cardio	Release&Strength	
Rena.K			haruka.Y	haruka.Y	
19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
jump to burn			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時間前迄に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。