

pilatesK 宮崎店		【 10/01 ~ 10/08 】		スケジュール		2026/06/22 更新		
10/01	10/02	10/03	10/04	10/05	10/06	10/07	10/08	
木	金	土	日	月	火	水	木	
close	10:30 ~ 11:30 Hip&Leg haruka.Y	10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio haruka.Y	10:30 ~ 11:30 Basic Koharu.K	close	10:30 ~ 11:30 Release&Strength haruka.Y	10:30 ~ 11:30 Waist Rena.K	close	
	12:00 ~ 13:00 Waist Rena.K	12:00 ~ 13:00 Pre Basic Rena.K	12:30 ~ 13:30 Waist N.ami		12:00 ~ 13:00 Waist Rena.K	12:30 ~ 13:30 Pilates Barre haruka.Y		
	13:30 ~ 14:30 Basic haruka.Y	13:30 ~ 14:30 Beauty Conditioning haruka.Y	14:30 ~ 15:30 Style up Pilates Koharu.K		13:30 ~ 14:30 Hip Punch haruka.Y			
	close	15:00 ~ 16:00 Waist Rena.K	16:30 ~ 17:30 Back&Arm N.ami		close			
		close	close					
		17:30 ~ 18:30 Back&Arm N.ami						
	18:00 ~ 19:00 Release&Strength haruka.Y	18:00 ~ 19:00 Body Balance Koharu.K			close	18:00 ~ 19:00 Style up Pilates Koharu.K		18:00 ~ 19:00 Back&Arm N.ami
	19:30 ~ 20:30 jump to burn Koharu.K	19:30 ~ 20:30 Pre Basic Rena.K	19:30 ~ 20:30 Back&Arm N.ami			19:30 ~ 20:30 Basic haruka.Y		19:30 ~ 20:30 Waist Rena.K
	21:00 ~ 22:00 Hip Punch haruka.Y	21:00 ~ 22:00 Pilates Barre Koharu.K	21:00 ~ 22:00 Body Balance Koharu.K			21:00 ~ 22:00 jump to burn Koharu.K		21:00 ~ 22:00 Beauty Conditioning haruka.Y

pilatesK 宮崎店		【 10/09 ~ 10/16 】 スケジュール					
10/09	10/10	10/11	10/12	10/13	10/14	10/15	10/16
金	土	日	月	火	水	木	金
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30
Basic	Waist	Hip&Leg		Back&Arm	Hip Punch		Pilates Barre
Koharu.K	N.ami	Koharu.K		N.ami	haruka.Y		haruka.Y
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00
Body Balance	Pilates Cardio	Pre Basic		Pre Basic	Back&Arm		Waist
Koharu.K	haruka.Y	Rena.K		Rena.K	N.ami		N.ami
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30
Back&Arm	Pilates Barre	jump to burn		Back&Arm		Release&Strength	
N.ami	Koharu.K	Koharu.K		N.ami		haruka.Y	
close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close		close	close
	Hip&Leg	Waist					
	haruka.Y	Rena.K					
	close	close					
17:30 ~ 18:30							
Body Balance							
Koharu.K							
18:00 ~ 19:00	close	close	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
Pre Basic			Pre Basic	Hip&Leg	Body Balance		
Rena.K			Rena.K	Koharu.K	Koharu.K		
19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
Style up Pilates			Waist	Beauty Conditioning	Pre Basic	Back&Arm	
Koharu.K			Rena.K	haruka.Y	Rena.K	N.ami	
21:00 ~ 22:00	close	close	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
Waist			Style up Pilates	Waist	jump to burn	Basic	
Rena.K			Koharu.K	Rena.K	Koharu.K	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週間前までにお申し立てください。
・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		【 10/17 ~ 10/24 】 スケジュール						2026/09/22 更新					
10/17	10/18	10/19	10/20	10/21	10/22	10/23	10/24						
土	日	月	火	水	木	金	土						
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30						
Hip Punch	Waist		Hip&Leg	Back&Arm		Basic	Waist						
haruka.Y	Rena.K		Koharu.K	Nami		haruka.Y	Rena.K						
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00						
Back&Arm	jump to burn		Back&Arm	Pilates Barre		Pilates Cardio	Release&Strength						
Nami	Koharu.K		Nami	Koharu.K		haruka.Y	haruka.Y						
13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30						
Waist	Back&Arm		Body Balance			Back&Arm	Pre Basic						
Rena.K	Nami		Koharu.K			Nami	Rena.K						
15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close			close	close	15:00 ~ 16:00					
Beauty Conditioning	Hip&Leg							Hip Punch					
haruka.Y	Koharu.K							haruka.Y					
close	close							close	close	close	close		
											17:30 ~ 18:30		
											Back&Arm		
Nami													
18:00 ~ 19:00											18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
Pre Basic											Waist	Pilates Cardio	Basic
Rena.K		Rena.K		haruka.Y	Koharu.K								
19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30									
Back&Arm		jump to burn	Hip&Leg	Pre Basic									
Nami		Koharu.K	Koharu.K	Rena.K									
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00										
Waist	Pre Basic	Release&Strength	Hip&Leg										
Rena.K	Rena.K	haruka.Y	Koharu.K										

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

・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。