

pilates K 仙台店		【 10/01 ~ 10/08 】			スケジュール			2025/10/07	更新
10/01	10/02	10/03	10/04	10/05	10/06	10/07	10/08		
水	木	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	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		
Pilates Barre	Hip & Leg	Back & Spine	Shape up waist	jump to burn		jump to burn	Leg Lines		
Yuuna	Yuuna	Makico.M	Makico.M	MOE.T		MOE.T	Rino.S		
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		
Leg Lines	Stretch & Conditioning	Back & Arm	Hip & Leg	Pilates Workout		Pilates Cardio	Waist		
Rino.S	Yuuna	Momoka.C	Rino.S	Makico.M		Yuuna	MOE.T		
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		
Hip & Leg	Back & Arm	Waist	Release&Strength	Pilates Cardio		Basic	Hip & Leg		
Yuuna	Momoka.C	Makico.M	Makico.M	Yuuna		MOE.T	Rino.S		
	15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00			
	Hip Punch		Back & Arm	Basic		Body Balance			
	Yuuna		Momoka.C	MOE.T		Yuuna			
			16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30					
			Back & Spine	Body Balance					
			Makico.M	Yuuna					
			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00					
			Leg Lines	Reset Flow					
			Rino.S	Makico.M					
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	19:30 ~ 20:30			17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30		
Basic	Leg Lines	Hip & Leg	Back & Arm			Release&Strength	Back & Arm		
MOE.T	Rino.S	Rino.S	Momoka.C			Mayu	Momoka.C		
19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00				19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00		
Waist	Pilates Barre	Back & Arm				Hip Punch	Shape up waist		
Makico.M	MOE.T	Momoka.C				Yuuna	Mayu		
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30				20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30		
jump to burn	Basic	Leg Lines				Advance	Pilates Barre		
MOE.T	Rino.S	Rino.S				Mayu	Yuuna		

pilates K 仙台店		【 10/09 ~ 10/16 】			スケジュール			2025/10/07	更新
10/09	10/10	10/11	10/12	10/13	10/14	10/15	10/16		
木	金	土	日	月	火	水	木		
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		
Back & Arm	Release&Strength	Hip Punch	Basic	Pilates Barre	Waist	Hip & Leg	Basic		
Momoka.C	Mayu	Yuuna	Rino.S	Yuuna	MOE.T	Momoka.C	MOE.T		
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		
Hip & Leg	Basic	Waist	Body Balance	Back & Spine	Hip & Leg	Basic	Advance		
Rino.S	Rino.S	MOE.T	Yuuna	Makico.M	Momoka.C	MOE.T	Makico.M		
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		
Back & Arm	Shape up waist	Pilates Cardio	Back & Arm	Leg Lines	jump to burn	Waist	Back & Arm		
Momoka.C	Mayu	Yuuna	Momoka.C	Rino.S	MOE.T	MOE.T	Momoka.C		
15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00		
Basic		Hip & Leg	Hip Punch	Stretch & Conditioning	Hip Punch		Waist		
Rino.S		Momoka.C	Yuuna	Yuuna	Yuuna		MOE.T		
		16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30					
		Stretch & Conditioning	Leg Lines	Waist					
		Yuuna	Rino.S	Makico.M					
		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00					
		Back & Arm	Hip & Leg	Basic					
		Momoka.C	Momoka.C	Rino.S					
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30		
Pilates Barre	Hip & Leg	Pilates Barre		Hip & Leg	Pilates Cardio	Reset Flow	Shape up waist		
Yuuna	Momoka.C	MOE.T		Rino.S	Yuuna	Makico.M	Makico.M		
19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00				19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00		
Hip & Leg	Leg Lines				Pilates Workout	Back & Arm	Release&Strength		
Momoka.C	Rino.S				Makico.M	Momoka.C	Makico.M		
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30				20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30		
Body Balance	Back & Arm				Release&Strength	Shape up waist	Hip & Leg		
Yuuna	Momoka.C				Makico.M	Makico.M	Momoka.C		

🟢：体験可能レッスン
 ・クラスの種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週間前迄にお願いしております。
 ・レッスン開始時刻1時間前を切つての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。

pilates K 仙台店		【 10/17 ~ 10/24 】		スケジュール		2025/10/07	更新
10/17	10/18	10/19	10/20	10/21	10/22	10/23	10/24
金	土	日	月	火	水	木	金
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Shape up waist	Back & Arm	Hip & Leg	Back & Arm	Advance	Back & Spine	Leg Lines	Pilates Workout
Makico.M	MOE.T	Momoka.C	Momoka.C	Makico.M	Makico.M	Rino.S	Yu.
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00
Waist	Leg Lines	Waist	Pilates Barre	Hip & Leg	Basic	Back & Arm	Waist
MOE.T	Rico	Yuuna	Yuuna	Momoka.C	MOE.T	Momoka.C	Makico.M
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30
Back & Spine	jump to burn	Back & Arm	Hip & Leg	Back & Arm	Reset Flow	Basic	Leg Lines
Makico.M	Yu.	Momoka.C	Momoka.C	Momoka.C	Makico.M	Rino.S	Rino.S
	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00	
	Basic	Leg Lines		Basic		Waist	
	Yuuna	Rico		MOE.T		Yu.	
	16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30					
	Waist	Hip & Leg					
	MOE.T	Momoka.C					
	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00					
	Pilates Barre	Stretch & Conditioning					
	Yu.	Yuuna					
17:30 ~ 18:30	19:30 ~ 20:30		17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30
Body Balance	Body Balance		Shape up waist	jump to burn	Hip & Leg	Waist	Back & Arm
Yuuna	Yuuna		Juna	Yu.	Rino.S	MOE.T	Momoka.C
19:00 ~ 20:00			19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00
jump to burn			Pilates Cardio	Reset Flow	Basic	Back & Arm	Body Balance
MOE.T			Yuuna	Makico.M	MOE.T	Momoka.C	Yuuna
20:30 ~ 21:30			20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30
Hip Punch			Back & Spine	Waist	Leg Lines	Basic	Pilates Cardio
Yuuna			Makico.M	MOE.T	Rino.S	MOE.T	Yuuna

pilates K 仙台店		【 10/25 ~ 10/31 】	スケジュール		2025/10/07	更新	
10/25	10/26	10/27	10/28	10/29	10/30	10/31	
土	日	月	火	水	木	金	
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
Waist 🇲🇵	Release&Strength		Back & Arm 🇲🇵	Basic 🇲🇵	Reset Flow	Hip Punch	
未定	Makico.M		Momoka.C	Rino.S	Makico.M	Yuuna	
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	
Advance	Back & Spine		Basic 🇲🇵	Back & Arm 🇲🇵	Basic 🇲🇵	Waist 🇲🇵	
Makico.M	Mizuki		Rino.S	Momoka.C	Rino.S	未定	
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	
Pilates Barre	Hip & Leg 🇲🇵		Hip & Leg 🇲🇵	Leg Lines	Release&Strength	Pilates Barre	
Yuuna	Momoka.C		Momoka.C	Rino.S	Makico.M	Yuuna	
15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00	Pilates Cardio	15:00 ~ 16:00	Hip & Leg 🇲🇵	
Reset Flow	Hip Punch						
Mizuki	Yuuna		Yuuna		Rino.S		
16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30						
Body Balance	Shape up waist						
Makico.M	Makico.M						
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00						
Hip & Leg 🇲🇵	Back & Arm 🇲🇵						
Yu.	Momoka.C						
19:30 ~ 20:30				17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30
Basic 🇲🇵				Leg Lines	Shape up waist	Basic 🇲🇵	Back & Arm 🇲🇵
MOE.T			Rino.S	Makico.M	MOE.T	MOE.T	
			19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	
			Pilates Barre	Waist 🇲🇵	Back & Arm 🇲🇵	Back & Spine	
			Yuuna	未定	MOE.T	Makico.M	
			20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	
			Basic 🇲🇵	Reset Flow	Waist 🇲🇵	Hip & Leg 🇲🇵	
			Rino.S	Makico.M	未定	Makico.M	

 : 体験可能レッスン
 ・クラスの種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時間前迄にお願いしております。
 ・レッスン開始時刻1時間前を切つての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。