

pilatesK 仙台店		【 01/01 ~ 01/08 】 スケジュール						2025/12/13 更新
01/01	01/02	01/03	01/04	01/05	01/06	01/07	01/08	
木	金	土	日	月	火	水	木	
close	close	10:30 ~ 11:30 Back & Arm 🌿 Mizuki.T	10:30 ~ 11:30 Shape up waist Rino.S	close	10:30 ~ 11:30 Back & Arm 🌿 Mizuki.T	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre Yuuna	10:30 ~ 11:30 Waist 🌿 Yui.S	
		12:00 ~ 13:00 Hip Punch Haruka.I	12:00 ~ 13:00 Body Balance Yuuna		12:00 ~ 13:00 Pilates Barre Haruka.I	12:00 ~ 13:00 Waist 🌿 Yui.S	12:00 ~ 13:00 Back & Arm 🌿 Mizuki.T	
		13:30 ~ 14:30 Basic 🌿 Yui.S	13:30 ~ 14:30 Leg Lines Rino.S		13:30 ~ 14:30 Hip & Leg 🌿 Mizuki.T	13:30 ~ 14:30 jump to burn Yuuna	13:30 ~ 14:30 Basic 🌿 Yui.S	
		15:00 ~ 16:00 Back & Arm 🌿 Mizuki.T	15:00 ~ 16:00 Basic 🌿 Yui.S		15:00 ~ 16:00 Pilates Cardio Yuuna		15:00 ~ 16:00 Shape up waist Rino.S	
		16:30 ~ 17:30 Waist 🌿 Yui.S	16:30 ~ 17:30 Pilates Cardio Yuuna					
		18:00 ~ 19:00 Reset Flow Haruka.I	18:00 ~ 19:00 Waist 🌿 Yui.S					
		19:30 ~ 20:30 Basic 🌿 Yui.S			17:30 ~ 18:30 Body Balance Yuuna	17:30 ~ 18:30 Leg Lines Rino.S	17:30 ~ 18:30 Stretch & Conditioning 🌿 Rino.S	
					19:00 ~ 20:00 Hip & Leg 🌿 Mizuki.T	19:00 ~ 20:00 Back & Arm 🌿 Mizuki.T	19:00 ~ 20:00 Waist 🌿 Yui.S	
					20:30 ~ 21:30 Animal Stretch Yuuna	20:30 ~ 21:30 Shape up waist Rino.S	20:30 ~ 21:30 Hip & Leg 🌿 Rino.S	

pilatesK 仙台店		【 01/09 ~ 01/16 】 スケジュール					
01/09	01/10	01/11	01/12	01/13	01/14	01/15	01/16
金	土	日	月	火	水	木	金
10:30 ~ 11:30 Basic 🌿 Yuuna	10:30 ~ 11:30 Reset Flow Haruka.I	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg 🌿 Mizuki.T	10:30 ~ 11:30 Leg Lines Rino.S	10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning 🌿 Yuuna	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg 🌿 Haruka.I	10:30 ~ 11:30 Shape up waist Rino.S	10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio Yuuna
12:00 ~ 13:00 Hip & Leg 🌿 Haruka.I	12:00 ~ 13:00 Back & Arm 🌿 Mizuki.T	12:00 ~ 13:00 Pilates Cardio Yuuna	12:00 ~ 13:00 Waist 🌿 Yui.S	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg 🌿 Mizuki.T	12:00 ~ 13:00 Pilates Cardio Yuuna	12:00 ~ 13:00 Basic 🌿 Yui.S	12:00 ~ 13:00 Waist 🌿 Yui.S
13:30 ~ 14:30 Body Balance Yuuna	13:30 ~ 14:30 Hip Punch Haruka.I	13:30 ~ 14:30 Back & Arm 🌿 Mizuki.T	13:30 ~ 14:30 Shape up waist Rino.S	13:30 ~ 14:30 jump to burn Yuuna	13:30 ~ 14:30 Pilates Barre Haruka.I	13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning 🌿 Rino.S	13:30 ~ 14:30 Back & Arm 🌿 Yuuna
	15:00 ~ 16:00 jump to burn Yuuna	15:00 ~ 16:00 Release&Strength Riina.S		15:00 ~ 16:00 Basic 🌿 Rino.S		15:00 ~ 16:00 Hip & Leg 🌿 Mizuki.T	
	16:30 ~ 17:30 Back & Arm 🌿 Mizuki.T	16:30 ~ 17:30 Body Balance Yuuna					
	18:00 ~ 19:00 Animal Stretch Yuuna	18:00 ~ 19:00 Pilates Barre Riina.S					
17:30 ~ 18:30 Basic 🌿 Yui.S	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg 🌿 Mizuki.T		17:30 ~ 18:30 Basic 🌿 Yui.S	17:30 ~ 18:30 Shape up waist Rino.S	17:30 ~ 18:30 Waist 🌿 Yui.S	17:30 ~ 18:30 Leg Lines Rino.S	17:30 ~ 18:30 Hip & Leg 🌿 Rino.S
19:00 ~ 20:00 Pilates Barre Haruka.I			19:00 ~ 20:00 Hip & Leg 🌿 Mizuki.T	19:00 ~ 20:00 Back & Arm 🌿 Mizuki.T	19:00 ~ 20:00 Reset Flow Haruka.I	19:00 ~ 20:00 Back & Arm 🌿 Mizuki.T	19:00 ~ 20:00 Body Balance Yuuna
20:30 ~ 21:30 Stretch & Conditioning 🌿 Haruka.I			20:30 ~ 21:30 Waist 🌿 Yui.S	20:30 ~ 21:30 Leg Lines Rino.S	20:30 ~ 21:30 Basic 🌿 Yui.S	20:30 ~ 21:30 Animal Stretch Yuuna	20:30 ~ 21:30 Basic 🌿 Rino.S

🌿：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。

pilatesK 仙台店		【 01/17 ~ 01/24 】 スケジュール						2025/12/13 更新
01/17	01/18	01/19	01/20	01/21	01/22	01/23	01/24	
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	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
Pilates Barre	Body Balance		Pilates Barre	Basic 🌱	Waist 🌱	Leg Lines	Hip Punch	
Haruka.I	Yuuna		Haruka.I	Yui.S	Yui.S	Rino.S	Haruka.I	
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 🌱	Reset Flow		Waist 🌱	Back & Arm 🌱	jump to burn	Hip & Leg 🌱	Stretch & Conditioning 🌱	
Mizuki.T	Haruka.I		Yui.S	Mizuki.T	Yuuna	Mizuki.T	Rino.S	
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	
Basic 🌱	Hip & Leg 🌱		Hip & Leg 🌱	Body Balance	Basic 🌱	Shape up waist	Pilates Barre	
Yui.S	Mizuki.T		Mizuki.T	Yuuna	Yui.S	Rino.S	Haruka.I	
15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00	
Hip Punch	Animal Stretch		Reset Flow	Waist 🌱	Pilates Barre		Basic 🌱	
Haruka.I	Yuuna		Haruka.I	Yui.S	Haruka.I		Yui.S	
16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30		16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30			16:30 ~ 17:30	
Waist 🌱	Back & Arm 🌱		Basic 🌱	Animal Stretch			Shape up waist	
Yui.S	Mizuki.T		Yui.S	Yuuna			Rino.S	
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00	
Back & Arm 🌱	Hip Punch		Back & Arm 🌱	Hip & Leg 🌱			Waist 🌱	
Mizuki.T	Haruka.I		Mizuki.T	Mizuki.T			Yui.S	
19:30 ~ 20:30					17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	19:30 ~ 20:30	
Basic 🌱					Back & Arm 🌱	Pilates Cardio	Leg Lines	
Yui.S					Mizuki.T	Yuuna	Rino.S	
					19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00		
					Hip Punch	Waist 🌱		
					Haruka.I	Yui.S		
					20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30		
					Hip & Leg 🌱	jump to burn		
					Mizuki.T	Yuuna		

pilatesK 仙台店		【 01/25 ~ 01/31 】 スケジュール					
01/25	01/26	01/27	01/28	01/29	01/30	01/31	
日	月	火	水	木	金	土	
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	
Basic 🌱	Pilates Cardio	Hip Punch	Waist 🌱	Basic 🌱	Hip & Leg 🌱	Basic 🌱	
Rino.S	Yuuna	Haruka.I	Yui.S	Yui.S	Mizuki.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	
Animal Stretch	Back & Arm 🌱	Leg Lines	Body Balance	Hip Punch	Reset Flow	jump to burn	
Yuuna	Mizuki.T	Rino.S	Yuuna	Haruka.I	Haruka.I	Yuuna	
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 Punch	Body Balance	Reset Flow	Pilates Barre	Waist 🌱	Back & Arm 🌱	Hip & Leg 🌱	
Haruka.I	Yuuna	Haruka.I	Haruka.I	Yui.S	Mizuki.T	Rino.S	
15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00	
jump to burn		Hip & Leg 🌱		Shape up waist		Reset Flow	
Yuuna		Mizuki.T		Rino.S		Haruka.I	
16:30 ~ 17:30						16:30 ~ 17:30	
Hip & Leg 🌱						Animal Stretch	
Rino.S						Yuuna	
18:00 ~ 19:00						18:00 ~ 19:00	
Reset Flow						Hip Punch	
Haruka.I						Haruka.I	
	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	19:30 ~ 20:30	
	Power up Control	Basic 🌱	Hip & Leg 🌱	Leg Lines	Stretch & Conditioning 🌱	Shape up waist	
	Juna	Yuuna	Mizuki.T	Rino.S	Haruka.I	Rino.S	
	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00		
	Hip & Leg 🌱	Back & Arm 🌱	jump to burn	Waist 🌱	Hip Punch		
	Mizuki.T	Mizuki.T	Yuuna	Yui.S	Haruka.I		
	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30		
	Basic 🌱	Shape up waist	Back & Arm 🌱	Basic 🌱	Waist 🌱		
	Yui.S	Rino.S	Mizuki.T	Rino.S	Yui.S		

🌱 : 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。