

仙台PARCO2店【5月1日～5月8日スケジュール】

2025年4月15日更新

05/01	05/02	05/03	05/04	05/05	05/06	05/07	05/08
木	金	土	日	月	火	水	木
10:30-11:30 Pilates Cardio Makico.M	10:30-11:30 Basic MOE.T	10:30-11:30 Hip&Leg Juna	10:30-11:30 Pilates Barre hoa	close	10:30-11:30 Pilates Workout Makico.M	10:30-11:30 Back&Arm miran.s	10:30-11:30 Basic MOE.T
12:00-13:00 Advance Elliy	12:00-13:00 Back&Spine Juna	12:00-13:00 Body Balance Makico.M	12:00-13:00 Basic Juna		12:00-13:00 Back&Arm miran.s	12:00-13:00 Shape up Waist Makico.M	12:00-13:00 Back&Arm miran.s
13:30-14:30 Hip&Leg Makico.M	13:30-14:30 Waist MOE.T	13:30-14:30 Power up Control Juna	13:30-14:30 Animal Stretch hoa		13:30-14:30 Stretch & Conditioning Juna	13:30-14:30 Basic miran.s	13:30-14:30 Waist MOE.T
15:00-16:00 Pilates Barre Elliy		15:00-16:00 Back&Arm miran.s	15:00-16:00 Shape up Waist Makico.M		15:00-16:00 Basic miran.s		15:00-16:00 Basic miran.s
		16:30-17:30 Pilates Workout Makico.M	16:30-17:30 Hip Punch Juna		16:30-17:30 Pilates Cardio Juna		
		18:00-19:00 Basic miran.s	18:00-19:00 Back&Spine Makico.M		18:00-19:00 Reset Flow Makico.M		
17:30-18:30 Hip Punch Juna	17:30-18:30 Basic miran.s	18:30-20:30 Release&Strength Makico.M			19:30-20:30 Hip&Leg Juna	17:30-18:30 Waist MOE.T	17:30-18:30 Body Balance Makico.M
19:00-20:00 Basic MOE.T	19:00-20:00 Jump to Burn Juna					19:00-20:00 Pilates Cardio Makico.M	19:00-20:00 Reset Flow Makico.M
20:30-21:30 Waist MOE.T	20:30-21:30 Back&Arm miran.s					20:30-21:30 Basic MOE.T	20:30-21:30 Back&Arm miran.s

仙台PARCO2店【5月9日～5月16日スケジュール】

05/09	05/10	05/11	05/12	05/13	05/14	05/15	05/16	
金	土	日	月	火	水	木	金	
10:30-11:30 Hip&Leg Juna	10:30-11:30 Release&Strength Makico.M	10:30-11:30 Waist MOE.T	close	close	10:30-11:30 Pilates Cardio Makico.M	10:30-11:30 Hip&Leg Juna	10:30-11:30 Waist MOE.T	
12:00-13:00 Basic MOE.T	12:00-13:00 Back&Spine Juna	12:00-13:00 Animal Stretch hoa			12:00-13:00 Basic MOE.T	12:00-13:00 Shape up Waist Kyoka	12:00-13:00 Pilates Workout Makico.M	
13:30-14:30 Jump to Burn Juna	13:30-14:30 Shape up Waist Makico.M	13:30-14:30 Basic MOE.T			13:30-14:30 Waist MOE.T	13:30-14:30 Basic miran.s	13:30-14:30 Back&Arm MOE.T	
	15:00-16:00 Pilates Cardio Juna	15:00-16:00 Back&Arm miran.s				15:00-16:00 Advance Kyoka		
	16:30-17:30 Basic miran.s	16:30-17:30 Pilates Barre hoa						
	18:00-19:00 Hip&Leg Juna	18:00-19:00 Basic miran.s						
17:30-18:30 Waist MOE.T	19:30-20:30 Back&Arm miran.s					17:30-18:30 Hip&Leg Juna	17:30-18:30 Back&Arm miran.s	17:30-18:30 Shape up Waist Juna
19:00-20:00 Animal Stretch Yu.						19:00-20:00 Back&Spine Juna	19:00-20:00 Hip Punch Juna	19:00-20:00 Release&Strength Makico.M
20:30-21:30 Power up Control Yu.						20:30-21:30 Back&Arm miran.s	20:30-21:30 Basic miran.s	20:30-21:30 Jump to Burn Juna

：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。

仙台PARCO2店【5月17日～5月24日スケジュール】

2025年4月15日更新

05/17	05/18	05/19	05/20	05/21	05/22	05/23	05/24
土	日	月	火	水	木	金	土
10:30-11:30 Back&Arm miran.s	10:30-11:30 Basic 未定	close	10:30-11:30 Basic miran.s	10:30-11:30 Body Balance Makico.M	10:30-11:30 Power up Control Juna	10:30-11:30 Pilates Barre hoa	10:30-11:30 Pilates Cardio Makico.M
12:00-13:00 Hip&Leg Makico.M	12:00-13:00 Waist MOE.T		12:00-13:00 Waist MOE.T	12:00-13:00 Back&Arm miran.s	12:00-13:00 Release&Strength Makico.M	12:00-13:00 Hip&Leg Juna	12:00-13:00 Waist MOE.T
13:30-14:30 Basic miran.s	13:30-14:30 Body Balance Makico.M		13:30-14:30 Back&Arm miran.s	13:30-14:30 Reset Flow Makico.M	13:30-14:30 Hip Punch Juna	13:30-14:30 Animal Stretch hoa	13:30-14:30 Release&Strength Makico.M
15:00-16:00 Shape up Waist Makico.M	15:00-16:00 Basic 未定		15:00-16:00 Jump to Burn Juna		15:00-16:00 Shape up Waist Makico.M		15:00-16:00 Basic MOE.T
16:30-17:30 Hip Punch Juna	16:30-17:30 Back&Arm miran.s						16:30-17:30 Back&Arm miran.s
18:00-19:00 Basic 未定	18:00-19:00 Pilates Cardio Makico.M						18:00-19:00 Body Balance Makico.M
19:30-20:30 Jump to Burn Juna			17:30-18:30 Waist MOE.T	17:30-18:30 Hip Punch Juna	17:30-18:30 Back&Arm MOE.T	17:30-18:30 Basic 未定	19:30-20:30 Basic miran.s
			18:00-20:00 Power up Control Juna	18:00-20:00 Waist MOE.T	18:00-20:00 Basic 未定	18:00-20:00 Back&Arm miran.s	
			20:30-21:30 Back&Arm MOE.T	20:30-21:30 Basic 未定	20:30-21:30 Waist MOE.T	20:30-21:30 Basic miran.s	

仙台PARCO2店【5月25日～5月31日スケジュール】

05/25	05/26	05/27	05/28	05/29	05/30	05/31
日	月	火	水	木	金	土
10:30-11:30 Back&Arm miran.s	close	10:30-11:30 Pilates Barre hoa	10:30-11:30 Stretch & Conditioning Juna	10:30-11:30 Shape up Waist Makico.M	10:30-11:30 Basic 未定	10:30-11:30 Back&Arm MOE.T
12:00-13:00 Basic 未定		12:00-13:00 Hip Punch hoa	12:00-13:00 Back&Arm miran.s	12:00-13:00 Basic miran.s	12:00-13:00 Release&Strength Makico.M	12:00-13:00 Power up Control Juna
13:30-14:30 Reset Flow Makico.M		13:30-14:30 Basic 未定	13:30-14:30 Hip&Leg Juna	13:30-14:30 Body Balance Makico.M	13:30-14:30 Pilates Cardio Makico.M	13:30-14:30 Waist MOE.T
15:00-16:00 Pilates Workout Makico.M		15:00-16:00 Pilates Workout Makico.M	15:00-16:00 Animal Stretch hoa	15:00-16:00 Back&Arm miran.s		15:00-16:00 Basic 未定
16:30-17:30 Basic 未定						16:30-17:30 Back&Arm miran.s
18:00-19:00 Back&Arm miran.s						18:00-19:00 Reset Flow Makico.M
		17:30-18:30 Hip&Leg Juna	17:30-18:30 Basic 未定	17:30-18:30 Waist MOE.T	17:30-18:30 Back&Arm miran.s	19:30-20:30 Hip Punch Juna
		18:00-20:00 Back&Spine Juna	18:00-20:00 Pilates Workout Mayu	18:00-20:00 Jump to Burn Juna	18:00-20:00 Basic miran.s	
		20:30-21:30 Waist MOE.T	20:30-21:30 Advance Mayu	20:30-21:30 Back&Arm MOE.T	20:30-21:30 Hip&Leg Juna	

：体験可能レッスン  
 今月も一緒にピラティスを楽しみましょう！  
 STUDIO INFO  
 専用ダイヤル：0570-050-055  
 受付時間：9:00-18:00  
 ※上記受付時間外はお電話でのご予約は承っておりません。インターネットからのご予約をご利用下さい（24時間受付）