pilates

pilates K 仙台PARCO2店 Lesson Schedule

更新日2020/10/19

2020/10/1～10/15

	10月1日（木）	10月2日（金）	10月3日（土）	10月4日（日）	10月5日（月）	10月6日（火）	10月7日（水）	10月8日（木）
10:00					close			
		10:30～11:30 Jump To Burn Mizuki	10:30～11:30 Hip&Leg Suzuka	10:30～11:30 Pilates Workout Mizuki		10:30～11:30 Basic Sorana	10:30～11:30 Waist Suzuka	
11:30		12:00～13:00 Body Balance Kanako	12:00～13:00 Advance (members only) Kanako	12:00～13:00 Back&Arm Sorana		12:00～13:00 Strech&Conditioning Suzuka	12:00～13:00 Jump To Burn Mizuki	
13:00		13:30～14:30 Basic Mizuki	13:30～14:30 Back&Arm Sorana	13:30～14:30 Waist Mizuki		13:30～14:30 Back&Arm Sorana	13:30～14:30 Hip&Leg Suzuka	
14:30			15:00～16:00 Waist Suzuka	15:00～16:00 Basic Sorana				
17:00								
18:00			17:30～18:30 Basic Sorana					
	18:30～19:30 Waist Mizuki	18:30～19:30 Back&Arm Suzuka				18:30～19:30 Hip&Leg Suzuka	18:30～19:30 Back&Arm Sorana	18:30～19:30 Hip&Leg Suzuka
19:30	20:00~21:00 Back&Arm Sorana	20:00~21:00 Hip&Leg Suzuka				20:00~21:00 Jump To Burn Mizuki	20:00~21:00 Basic Sorana	20:00~21:00 Body Balance Kanako
21:00								

	10月9日（金）	10月10日（土）	10月11日（日）	10月12日（月）	10月13日（火）	10月14日（水）	10月15日（木）
10:00				close			
	10:30～11:30 Back&Arm Sorana	10:30～11:30 Basic Sorana	10:30～11:30 Hip&Leg Kanako		10:30～11:30 Pilates Workout Mizuki	10:30～11:30 Strech&Conditioning Suzuka	
11:30	12:00～13:00 Hip&Leg Suzuka	12:00～13:00 Pilates Workout Mizuki	12:00～13:00 Back&Arm Mizuki		12:00～13:00 Body Balance Kanako	12:00～13:00 Basic Kanako	
13:00	13:30～14:30 Strech&Conditioning Suzuka	13:30～14:30 Hip&Leg Kanako	13:30～14:30 Basic Mizuki		13:30～14:30 Back&Arm Mizuki	13:30～14:30 Waist Suzuka	
14:30		15:00～16:00 Back&Arm Sorana	15:00～16:00 Advance (members only) Kanako				
17:00							
18:00		17:30～18:30 Body Balance Kanako					
	18:30～19:30 Jump To Burn Mizuki				18:30～19:30 Advance (members only) Kanako	18:30～19:30 Hip&Leg Kanako	18:30～19:30 Waist Suzuka
19:30	20:00~21:00 Basic Mizuki				20:00~21:00 Basic Sorana	20:00~21:00 Back&Arm Sorana	20:00~21:00 Jump To Burn Mizuki
21:00							

・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PARCO2店 Lesson Schedule

2020/10/16～2020/10/31

	10月16日（金）	10月17日（土）	10月18日（日）	10月19日（月）	10月20日（火）	10月21日（水）	10月22日（木）	10月23日（金）
10:00				close				
	10:30～11:30 Basic Yu.	10:30～11:30 Waist Yu.	10:30～11:30 Body Balance 未定		10:30～11：20 Peach Hip Suzuka	10:30～11:30 Strech&Conditioning Emma		10:30～11:30 Back&Arm Mizuki
11:30	12:00～13:00 Body Balance Kanako	12:00～13:00 Strech&Conditioning Emma	12:00～13:00 Jump To Burn Mizuki		12:00～13:00 Hip&Leg Special Emma	12:00～13:00 Body Balance Yu.		12:00～13:00 Basic Emma
	13:30～14:30 Advance (members only) Kanako	13:30～14:30 Body Balance Kanako	13:30～14:30 Waist Yu.		13:30～14:30 Basic Mizuki	13:30～14:30 Basic Emma		13:30～14:20 Peach Hip Mizuki
14:30		15:00～16:00 Hip&Leg Special Kanako	15:00～16:00 Strech&Conditioning Emma					
17:00		17:30～18:30 Basic Kanako						
18:00	18:30～19:30 Strech&Conditioning Emma				18:30～19:30 Waist Yu.	18:30～19:30 Hip&Leg Special Kanako	18:30～19:30 Basic Yu.	18:30～19:30 Basic Emma
19:30	20:00~21:00 Pilates Workout Mizuki				20:00~21:00 Advance (members only) Kanako	20:00~21:00 Basic Kanako	20:00~21:00 Hip&Leg Special Kanako	20:00~21:00 Waist Yu.
21:00								

	10月24日（土）	10月25日（日）	10月26日（月）	10月27日（火）	10月28日（水）	10月29日（木）	10月30日（金）	10月31日（土）
10:00			close					
	10:30～11:30 Hip&Leg Special Emma	10:30～11:30 Advance (members only) Kanako		10:30～11:30 Waist Yu.	10:30～11:30 Basic Emma		10:30～11:30 Body Balance Yu.	10:30～11:30 Strech&Conditioning Emma
11:30	12:00～13:00 Waist Yu.	12:00～13:00 Jump To Burn Mizuki		12:00～13:00 Body Balance Kanako	12:00～12:50 Peach Hip Mizuki		12:00～13:00 Strech&Conditioning Emma	12:00～13:00 Hip&Leg Special Kanako
13:00	13:30～14:30 Strech&Conditioning Emma	13:30～14:30 Basic Kanako		13:30～14:30 Basic Kanako	13:30～14:30 Hip&Leg Special Emma		13:30～14:30 Waist Yu.	13:30～14:30 Jump To Burn Mizuki
14:30	15:00～16:00 Basic Yu.	15:00～16:00 Waist Yu.						15:00～16:00 Basic Emma
17:00								
18:00	17:30～18:30 Body Balance Kanako							17:30～18:20 Peach Hip Mizuki
19:30				18:30～19:30 Strech&Conditioning Mizuki	18:30～19:30 Pilates Workout Mizuki	18:30～19:30 Back&Arm Mizuki	18:30～19:30 Jump To Burn Mizuki	
21:00				20:00~21:00 Back&Arm Mizuki	20:00~21:00 Waist Yu.	20:00~21:00 Strech&Conditioning Emma	20:00~21:00 Basic Mizuki	

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）