



pilates

# pilates K 仙台PARCO2店 Lesson Schedule

更新日2020/10/15

2020/11/1~11/16

	11月1日 (日)	11月2日 (月)	11月3日 (火)	11月4日 (水)	11月5日 (木)	11月6日 (金)	11月7日 (土)	11月8日 (日)
10:00		close						
	10:30~11:30 Hip&Leg Special Kanako		10:30~11:30 Strech&Conditioning Emma	10:30~11:30 Jump To Burn Mizuki		10:30~11:30 Waist Yu.	10:30~11:20 Peach Hip Mizuki	10:30~11:30 Basic Kanako
11:30	12:00~13:00 Basic Emma		12:00~12:50 Peach Hip Mizuki	12:00~13:00 Back&Arm Mizuki		12:00~13:00 Basic Kanako	12:00~13:00 Hip&Leg Special Kanako	12:00~13:00 Body Balance Yu.
13:00	13:30~14:30 Back&Arm Mizuki		13:30~14:30 Basic Emma	13:30~14:30 Advance (members only) Kanako		13:30~14:30 Body Balance Yu.	13:30~14:30 Basic Emma	13:30~14:30 Waist Yu.
14:30	15:00~16:00 Pilates Workout Mizuki						15:00~16:00 Waist Yu.	15:00~16:00 Hip&Leg Special Emma
17:00							17:30~18:30 Body Balance Yu.	
18:00				18:30~19:30 Body Balance Yu.	18:30~19:30 Basic Yu.	18:30~19:30 Jump To Burn Kanako	18:30~19:30 Pilates Workout Emma	
19:30				20:00~21:00 Waist Yu.	20:00~21:00 Hip&Leg Special Emma	20:00~21:00 Basic Mizuki	20:00~21:00 Strech&Conditioning Mizuki	
21:00								

	11月9日 (月)	11月10日 (火)	11月11日 (水)	11月12日 (木)	11月13日 (金)	11月14日 (土)	11月15日 (日)	11月16日 (月)
10:00	close							close
		10:30~11:30 Waist Yu.	10:30~11:30 Back&Arm Mizuki		10:30~11:30 Body Balance Yu.	10:30~11:30 Hip&Leg Special Emma	10:30~11:30 Jump To Burn Kanako	
11:30		12:00~13:00 Hip&Leg Special Emma	12:00~13:00 Waist Yu.		12:00~13:00 Basic Yu.	12:00~13:00 Advance (members only) Kanako	12:00~12:50 Peach Hip Mizuki	
13:00		13:30~14:30 Body Balance Yu.	13:30~14:30 Basic Mizuki		13:30~14:30 Pilates Workout Emma	13:30~14:30 Strech&Conditioning Mizuki	13:30~14:30 Basic Yu.	
14:30						15:00~16:00 Basic Emma	15:00~16:00 Waist Yu.	
17:00						17:30~18:30 Jump To Burn Mizuki		
18:00		18:30~19:30 Basic Emma	18:30~19:30 Body Balance Yu.	18:30~19:30 Advance (members only) Kanako	18:30~19:30 Hip&Leg Special Emma			
19:30		20:00~20:50 Peach Hip Mizuki	20:00~21:00 Hip&Leg Special Emma	20:00~21:00 Waist Yu.	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。



pilates

# pilates K仙台PARCO2店 Lesson Schedule

2020/11/17~2020/11/30

	11月17日 (火)	11月18日 (水)	11月19日 (木)	11月20日 (金)	11月21日 (土)	11月22日 (日)	11月23日 (月)	11月24日 (火)	
10:00							close		
	10:30~11:30 Strech&Conditioning Suzuka	10:30~11:20 Peach Hip Suzuka		10:30~11:30 Hip&Leg Special Emma	10:30~11:30 Jump To Burn Kanao	10:30~11:30 Waist Suzuka			10:30~11:30 Pilates Workout Emma
11:30	12:00~13:00 Jump To Burn Kanao	12:00~13:00 Basic Emma		12:00~13:00 Advance (members only) Kanao	12:00~13:00 Back&Arm Sorana	12:00~13:00 Basic Emma			12:00~13:00 Back&Arm Sorana
	13:30~14:30 Hip&Leg Special Suzuka	13:30~14:30 Waist Suzuka		13:30~14:30 Strech&Conditioning Emma	13:30~14:20 Peach Hip Suzuka	13:30~14:30 Back&Arm Sorana			13:30~14:30 Basic Sorana
14:30					15:00~16:00 Basic Suzuka	15:00~16:00 Strech&Conditioning Emma			
17:00					17:30~18:30 Hip&Leg Special Emma				
18:00	18:30~19:30 Back&Arm Sorana	18:30~19:30 Pilates Workout Emma	18:30~19:30 Body Balance Kanao	18:30~19:30 Basic Sorana					18:30~19:30 Hip&Leg Special Kanao
19:30	20:00~21:00 Basic Emma	20:00~21:00 Strech&Conditioning Sorana	20:00~21:00 Basic Sorana	20:00~21:00 Waist Suzuka					20:00~21:00 Advance (members only) Kanao
21:00									

	11月25日 (水)	11月26日 (木)	11月27日 (金)	11月28日 (土)	11月29日 (日)	11月30日 (月)			
10:00							close		
	10:30~11:20 Back&Arm Sorana		10:30~11:20 Peach Hip Suzuka	10:30~11:30 Pilates Workout Emma	10:30~11:30 Basic Sorana				
11:30	12:00~13:00 Hip&Leg Special Emma		12:00~13:00 Strech&Conditioning Sorana	12:00~13:00 Waist Suzuka	12:00~12:50 Peach Hip Suzuka				
13:00	13:30~14:30 Basic Sorana		13:30~14:30 Waist Suzuka	13:30~14:30 Body Balance Kanao	13:30~14:30 Back&Arm Sorana				
14:30				15:00~16:00 Jump To Burn Kanao	15:00~16:00 Hip&Leg Special Suzuka				
17:00				17:30~18:30 Basic Sorana					
18:00	18:30~19:30 Waist Suzuka	18:30~19:30 Hip&Leg Special Suzuka	18:30~19:30 Basic Emma						
19:30	20:00~20:50 Peach Hip Suzuka	20:00~21:00 Basic Emma	20:00~21:00 Body Balance Kanao						
21:00									

## 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）