



pilates

pilates K 仙台PARCO2店 Lesson Schedule

更新日2020/12/6

2020/12/1~12/15

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

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

2020/12/16～2020/12/31

	12月16日 (水)	12月17日 (木)	12月18日 (金)	12月19日 (土)	12月20日 (日)	12月21日 (月)	12月22日 (火)	12月23日 (水)
10:00						close		
	10:30～11:30 Hip&Leg Special Suzuka		10:30～11:30 Pilates Workout Mizuki	10:30～11:30 Jump To Burn Mizuki	10:30～11:30 Body Balance Yu.		10:30～11:30 Basic Suzuka	10:30～11:30 Back&Arm Suzuka
11:30	12:00～13:00 Waist spXmas Yu.		12:00～13:00 Basic Kanao	12:00～12:50 Peach Hip Suzuka	12:00～13:00 Strech&Conditioning Suzuka		12:00～13:00 Waist spXmas Yu.	12:00～13:00 Body Balance Yu.
	13:30～14:30 Back&Arm Suzuka		13:30～14:30 Advance (members only) Kanao	13:30～14:30 Waist spXmas Mizuki	13:30～14:30 Basic Yu.		13:30～14:30 Back&Arm Suzuka	13:30～14:30 Waist spXmas Yu.
14:30				15:00～16:00 Basic Suzuka	15:00～16:00 Hip&Leg Special Suzuka			
17:00				17:30～18:30 Body Balance Yu.				
18:00	18:30～19:30 Basic Kanao	18:30～19:30 Jump To Burn Kanao	18:30～19:30 Hip&Leg Special Suzuka				18:30～19:30 Body Balance Yu.	18:30～19:30 Pilates Workout Mizuki
19:30	20:00～21:00 Body Balance Yu.	20:00～21:00 Basic Yu.	20:00～21:00 Waist spXmas Suzuka				20:00～21:00 Jump To Burn Mizuki	20:00～21:00 Basic Kanao
21:00								

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