pilates

pilates K 仙台PARCO2店 Lesson Schedule

更新日2021/1/5

2021/1/1～2021/1/15

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

	1月9日（土）	1月10日（日）	1月11日（月）	1月12日（火）	1月13日（水）	1月14日（木）	1月15日（金）
10:00			close				
	10:30～11:20 Peach Hip Suzuka	10:30～11:30 Strech&Conditioning Suzuka		10:30～11:30 Back&Arm Mizuki	10:30～11:30 Basic Mizuki		10:30～11:30 Hip&Leg Suzuka
11:30	12:00～13:00 Back&Arm Mizuki	12:00～13:00 Basic Mizuki		12:00～12:50 Peach Hip Mizuki	12:00～13:00 Waist Suzuka		12:00～13:00 Body Balance Yu.
13:00	13:30～14:30 Hip&Leg Suzuka	13:30～14:30 Pilates Workout Mizuki		13:30～14:30 Waist Suzuka	13:30～14:30 Jump To Burn Mizuki		13:30～14:30 Strech&Conditioning Suzuka
14:30	15:00～16:00 Basic Mizuki	15:00～16:00 Hip&Leg Suzuka					
	16:30～17:30 Advance (members only) Kanako						
17:00							
18:00				18:30～19:30 Basic Yu.	18:30～19:30 Body Balance Yu.	18:30～19:20 Peach Hip Suzuka	18:30～19:30 Pilates Workout Mizuki
19:30				20:00~21:00 Hip&Leg Suzuka	20:00~21:00 Strech&Conditioning Suzuka	20:00~21:00 Waist Yu.	20:00~21:00 Basic Kanako
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

2021/1/16～2021/1/31

	1月16日（土）	1月17日（日）	1月18日（月）	1月19日（火）	1月20日（水）	1月21日（木）	1月22日（金）	1月23日（土）
10:00			close					
	10:30～11:30 Hip&Leg Emma	10:30～11:30 Waist Mizuki		10:30～11:30 Basic Mizuki	10:30～11:20 Peach Hip Mizuki		10:30～11:30 Back&Arm Sorana	10:30～11:30 Body Balance Kanako
11:30	12:00～13:00 Back&Arm Sorana	12:00～13:00 Strech&Conditioning Emma		12:00～13:00 Body Balance Kanako	12:00～13:00 Basic Sorana		12:00～13:00 Hip&Leg Emma	12:00～13:00 Strech&Conditioning Sorana
	13:30～14:30 Strech&Conditioning Emma	13:30～14:30 Back&Arm Sorana		13:30～14:30 Pilates Workout Mizuki	13:30～14:30 Back&Arm Sorana		13:30～14:30 Basic Sorana	13:30～14:30 Jump To Burn Kanako
14:30	15:00～16:00 Basic Kanako	15:00～16:00 Jump To Burn Kanako						15:00～16:00 Waist Mizuki
								16:30～17:30 Basic Sorana
17:00								
	17:30～18:30 Waist Mizuki							
18:00				18:30～19:30 Advance (members only) Kanako	18:30～19:30 Hip&Leg Kanako	18:30～19:30 Strech&Conditioning Emma	18:30～19:30 Body Balance Kanako	
19:30				20:00~21:00 Back&Arm Sorana	20:00~21:00 Pilates Workout Emma	20:00~21:00 Jump To Burn Kanako	20:00~21:00 Waist Mizuki	
21:00								

	1月24日（日）	1月25日（月）	1月26日（火）	1月27日（水）	1月28日（木）	1月29日（金）	1月30日（土）	1月31日（日）
10:00		close						
	10:30～11:30 Hip&Leg Emma		10:30～11:30 Waist Mizuki	10:30～11:30 Hip&Leg Emma		10:30～11:30 Jump To Burn Mizuki	10:30～11:30 Basic Mizuki	10:30～11:30 Body Balance Kanako
11:30	12:00～13:00 Basic Sorana		12:00～13:00 Basic Mizuki	12:00～13:00 Body Balance Kanako		12:00～13:00 Back&Arm Sorana	12:00～13:00 Jump To Burn Kanako	12:00～13:00 Pilates Workout Emma
13:00	13:30～14:20 Peach Hip Mizuki		13:30～14:30 Hip&Leg Emma	13:30～14:30 Strech&Conditioning Sorana		13:30～14:30 Waist Mizuki	13:30～14:20 Peach Hip Mizuki	13:30～14:30 Hip&Leg Kanako
14:30	15:00～16:00 Back&Arm Sorana						15:00～16:00 Hip&Leg Emma	15:00～16:00 Basic Sorana
17:00								
							17:30～18:30 Body Balance Kanako	
18:00			18:30～19:30 Back&Arm Sorana	18:30～19:30 Basic Sorana	18:30～19:30 Jump To Burn Mizuki	18:30～19:30 Hip&Leg Kanako		
19:30			20:00~21:00 Strech&Conditioning Sorana	20:00~21:00 Peach Hip Mizuki	20:00~21:00 Back&Arm Sorana	20:00~21:00 Basic Emma		
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）