



pilates K 仙台PARCO2店 Lesson Schedule

更新日2020/1/24

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	close				
11:30					10:30~11:30 Basic Kanao	10:30~11:30 Waist Yu.		10:30~11:30 Body Balance Yu.
13:00					12:00~13:00 Body Balance Yu.	12:00~13:00 Strech&Conditioning Suzuka		12:00~13:00 Hip&Leg Suzuka
14:30					13:30~14:30 Hip&Leg Kanao	13:30~14:30 Body Balance Yu.		13:30~14:30 Waist Yu.
17:00								
18:00								
19:30					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 Kanao
21:00					20:00~21:00 Waist Suzuka	20:00~21:00 Basic Kanao	20:00~21:00 Body Balance Yu.	20:00~21:00 Back&Arm Mizuki

	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				
11:30	10:30~11:20 Peach Hip Suzuka	10:30~11:30 Strech&Conditioning Suzuka		10:30~11:30 Back&Arm Suzuka	10:30~11:30 Basic Mizuki		10:30~11:30 Hip&Leg Suzuka
13:00	12:00~13:00 Back&Arm Mizuki	12:00~13:00 Basic Kanao		12:00~12:50 Peach Hip Mizuki	12:00~13:00 Waist Mizuki		12:00~13:00 Body Balance Yu.
14:30	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 Kanao		13:30~14:30 Strech&Conditioning Suzuka
17:00	15:00~16:00 Basic Mizuki	15:00~16:00 Hip&Leg Kanao					
18:00	16:30~17:30 Advance (members only) Kanao						
19:30				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
21:00				20:00~21:00 Hip&Leg Kanao	20:00~21:00 Strech&Conditioning Suzuka	20:00~21:00 Waist Yu.	20:00~21:00 Basic Kanao

- ・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

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	close					
	10:30～11:30 Hip&Leg Emma			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 Kanao
11:30	12:00～13:00 Back&Arm Sorana			12:00～13:00 Body Balance Kanao	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 Pilates Workout Mizuki	13:30～14:30 Back&Arm Sorana		13:30～14:30 Basic Sorana	13:30～14:30 Jump To Burn Kanao
14:30	15:00～16:00 Basic Kanao							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) Kanao	18:30～19:30 Hip&Leg Emma	18:30～19:30 Strech&Conditioning Emma	18:30～19:30 Body Balance Kanao	
19:30				20:00～21:00 Back&Arm Sorana	20:00～21:00 Pilates Workout Emma	20:00～21:00 Jump To Burn Kanao	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 Pilates Workout Emma	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 Kanao
11:30	12:00～13:00 Basic Sorana		12:00～13:00 Waist Mizuki	12:00～13:00 Body Balance Kanao		12:00～13:00 Back&Arm Sorana	12:00～13:00 Jump To Burn Kanao	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 Emma		13:30～14:30 Waist Mizuki	13:30～14:20 Peach Hip Mizuki	13:30～14:30 Hip&Leg Kanao
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 Kanao	
18:00			18:30～19:30 Basic Sorana	18:30～19:30 Back&Arm Mizuki	18:30～19:30 Jump To Burn Mizuki	18:30～19:30 Hip&Leg Kanao		
19:30			20:00～21:00 Strech&Conditioning Sorana	20:00～21:00 Basic Sorana	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）