



pilates

# pilates K 仙台PARCO2店 Lesson Schedule

更新日2021/2/26

2021/2/1~2021/2/15

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

	2月9日 (火)	2月10日 (水)	2月11日 (木)	2月12日 (金)	2月13日 (土)	2月14日 (日)	2月15日 (月)
10:00							<b>close</b>
11:30	10:30~11:30 Body Balance Kanao	10:30~11:30 Back&Arm Sorana	10:30~11:30 Waist Suzuka	10:30~11:30 Hip&Leg Kanao	10:30~11:30 Basic Emma	10:30~11:30 Waist Mizuki	
13:00	12:00~13:00 Back&Arm Mizuki	12:00~13:00 Basic Mizuki	12:00~13:00 Jump To Burn Kanao	12:00~13:00 Body Balance Kanao	12:00~13:00 Advance (members only) Kanao	12:00~13:00 Strech&Conditioning Emma	
14:30	13:30~14:30 Hip&Leg Kanao	13:30~14:30 Strech&Conditioning Sorana	13:30~14:30 Basic Sorana	13:30~14:30 Back&Arm Sorana	13:30~14:30 Waist Mizuki	13:30~14:30 Pilates Workout Mizuki	
17:00			15:00~16:00 Back&Arm Sorana		15:00~16:00 Body Balance Kanao	15:00~16:00 Basic Emma	
18:00					17:30~18:20 Peach Hip Mizuki		
19:30	18:30~19:20 Peach Hip Mizuki	18:30~19:30 Pilates Workout Emma		18:30~19:30 Waist Mizuki		18:30~19:30 Basic Suzuka	
21:00	20:00~21:00 Basic Emma	20:00~21:00 Hip&Leg Kanao		20:00~21:00 Basic Emma		20:00~21:00 Body Balance 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

2021/2/16～2021/2/28

	2月16日 (火)	2月17日 (水)	2月18日 (木)	2月19日 (金)	2月20日 (土)	2月21日 (日)	2月22日 (月)	2月23日 (火)		
10:00			<b>close</b>				<b>close</b>			
	10:30～11:30 Basic Mizuki	10:30～11:30 Advance (members only) Kanako			10:30～11:30 Basic Emma	10:30～11:30 Hip&Leg Suzuka		10:30～11:30 Waist Suzuka		10:30～11:30 Hip&Leg Suzuka
11:30	12:00～13:00 Body Balance Kanao	12:00～13:00 Waist Suzuka			12:00～12:50 Peach Hip Suzuka	12:00～13:00 Body Balance Yu.		12:00～13:00 Basic Emma		12:00～13:00 Back&Arm Yu.
	13:30～14:30 Back&Arm Mizuki	13:30～14:30 Jump To Burn Kanao			13:30～14:30 Hip&Leg Emma	13:30～14:30 Pilates Workout Emma		13:30～14:30 Back&Arm Suzuka		13:30～14:30 Basic Emma
14:30						15:00～16:00 Release&Strength Suzuka		15:00～16:00 Jump To Burn Kanao		15:00～16:00 Waist Yu.
						16:30～17:30 Basic Yu.				16:30～17:30 Pilates Workout Emma
17:00										
18:00	18:30～19:30 Hip&Leg Kanao	18:30～19:30 Basic Emma			18:30～19:30 Jump To Burn Kanao					
19:30	20:00～21:00 Pilates Workout Emma	20:00～21:00 Strech&Conditioning Emma			20:00～21:00 Back&Arm Suzuka					
21:00										

	2月24日 (水)	2月25日 (木)	2月26日 (金)	2月27日 (土)	2月28日 (日)		
10:00							
	10:30～11:30 Back&Arm Yu.		10:30～11:20 Peach Hip Suzuka	10:30～11:30 Waist Yu.	10:30～11:30 Hip&Leg Suzuka		
11:30	12:00～13:00 Hip&Leg Emma		12:00～13:00 Waist Yu.	12:00～13:00 Strech&Conditioning Emma	12:00～13:00 Jump To Burn Kanao		
13:00	13:30～14:30 Basic Yu.		13:30～14:30 Release&Strength Suzuka	13:30～14:30 Back&Arm Yu.	13:30～14:30 Basic Emma		
14:30					15:00～16:00 Basic Suzuka	15:00～16:00 Back&Arm Suzuka	
17:00							
18:00	18:30～19:30 Release&Strength Kanao		18:30～19:30 Waist Yu.	18:30～19:30 Basic Emma	17:30～18:20 Peach Hip Suzuka		
19:30	20:00～20:50 Peach Hip Suzuka		20:00～21:00 Body Balance Kanao	20:00～21:00 Hip&Leg 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）