



pilates

pilates K 仙台PARCO 2店 Lesson Schedule

更新日2021/3/15

2021/4/1~2021/4/15

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

	4月9日(金)	4月10日(土)	4月11日(日)	4月12日(月)	4月13日(火)	4月14日(水)	4月15日(木)	
10:30	10:30~11:30 Pilates Workout (members only) Mizuki	10:30~11:30 Basic Kanao	10:30~11:30 Waist Suzuka	close	10:30~11:30 Basic Yu.	10:30~11:30 Release&Strength Suzuka		
12:00	12:00~13:00 Basic Kanao	12:00~13:00 Pilates Workout (members only) Mizuki	12:00~13:00 Basic Yu.		12:00~13:00 Hip&Leg Suzuka	12:00~13:00 Waist Yu.		
13:30	13:30~14:30 Jump to Burn Mizuki	13:30~14:30 Release&Strength Kanao	13:30~14:20 Peach Hip (members only) Mizuki		13:30~14:30 Body Balance Yu.	13:30~14:30 Basic Suzuka		
15:00		15:00~16:00 Hip&Leg Suzuka	15:00~16:00 Strech&Conditioning Mizuki					
17:00		17:30~18:30 Waist Yu.						
18:00	18:30~19:30 Body Balance Yu.					18:30~19:30 Release&Strength Suzuka	18:30~19:30 Back&Arm Yu.	18:30~19:20 Peach Hip (members only) Mizuki
19:30	20:00~21:00 Hip&Leg Suzuka					20:00~21:00 Jump to Burn Kanao	20:00~21:00 Hip&Leg Kanao	20:00~21:00 Basic Yu.
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PARCO 2店 Lesson Schedule

2021/4/16~2021/4/30

	4月16日(金)	4月17日(土)	4月18日(日)	4月19日(月)	4月20日(火)	4月21日(水)	4月22日(木)	4月23日(金)						
10:30	10:30~11:30 Hip&Leg Kanako	10:30~11:20 Peach Hip (members only) Suzuka	close	close	10:30~11:30 Waist Mizuki	10:30~11:30 Basic Suzuka		10:30~11:30 Strech&Conditioning Mizuki						
12:00	12:00~13:00 Body Balance Yu.	12:00~13:00 Back&Arm Suzuka			12:00~13:00 Basic Suzuka	12:00~13:00 Waist Mizuki		12:00~13:00 Back&Arm Yu.						
13:30	13:30~14:30 Release&Strength Kanako	13:30~14:30 Basic Kanako			13:30~14:30 Pilates Workout (members only) Mizuki	13:30~14:30 Release&Strength Suzuka		13:30~14:20 Peach Hip (members only) Mizuki						
15:00		15:00~16:00 Waist Mizuki												
17:00		16:30~17:30 Release&Strength Kanako												
18:00		18:30~19:30 Basic Mizuki									18:30~19:30 Pilates Barre Yu.	18:30~19:30 Jump to Burn Mizuki	18:30~19:30 Hip&Leg Suzuka	18:30~19:30 Basic Kanako
19:30		20:00~21:00 Waist Mizuki									20:00~21:00 Back&Arm Suzuka	20:00~21:00 Body Balance Yu.	20:00~21:00 Pilates Workout (members only) Mizuki	20:00~21:00 Jump to Burn Kanako
21:00														

	4月24日(土)	4月25日(日)	4月26日(月)	4月27日(火)	4月28日(水)	4月29日(木)	4月30日(金)						
10:30	10:30~11:30 Body Balance Kanako	10:30~11:30 Pilates Workout (members only) Mizuki	close	10:30~11:30 Advance (members only) Mizuki	10:30~11:30 Release&Strength Suzuka	10:30~11:30 Basic Yu.	10:30~11:30 Waist Yu.						
12:00	12:00~13:00 Release&Strength Kanako	12:00~13:00 Basic Suzuka		12:00~13:00 Back&Arm Yu.	12:00~13:00 Basic Kanako	12:00~13:00 Waist Suzuka	12:00~13:00 Pilates Barre Mizuki						
13:30	13:30~14:30 Back&Arm Yu.	13:30~14:30 Strech&Conditioning Mizuki		13:30~14:20 Peach Hip (members only) Suzuka	13:30~14:30 Back&Arm Suzuka	13:30~14:30 Jump to Burn Mizuki	13:30~14:30 Basic Yu.						
15:00	15:00~15:50 Peach Hip (members only) Suzuka	15:00~16:00 Back&Arm Suzuka					15:00~16:00 Back&Arm Yu.						
17:00	17:30~18:30 Basic Yu.									16:30~17:30 Hip&Leg Suzuka			
18:00													
19:30													
21:00				20:00~20:50 Peach Hip (members only) Suzuka									

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客様の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）