



pilates

pilates K 仙台PARCO2店 Lesson Schedule

更新日2021/6/13

2021/6/1~2021/6/15

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

	6月9日(水)	6月10日(木)	6月11日(金)	6月12日(土)	6月13日(日)	6月14日(月)	6月15日(火)
10:30	10:30~11:30 Basic meiko		10:30~11:30 Waist Yu.	10:30~11:30 Pilates Barre Yu.	10:30~11:30 Basic meiko	close	10:30~11:30 Release&Strength Mizuki
12:00	12:00~13:00 Pilates Workout (members only) Mizuki		12:00~13:00 Hip&Leg Rico	12:00~13:00 Jump to Burn Mizuki	12:00~12:50 Peach Hip (members only) Mizuki		12:00~13:00 Back&Arm Yu.
13:30	13:30~14:30 Body Balance Yu.		13:30~14:30 Back&Arm Yu.	13:30~14:30 Waist Yu.	13:30~14:30 Body Balance Yu.		13:30~14:30 Hip&Leg Mizuki
15:00				15:00~16:00 Hip&Leg Mizuki	15:00~16:00 Basic meiko		
17:00				16:30~17:30 Basic meiko			
18:00							
	18:30~19:30 Basic Yu.	18:30~19:30 Pilates Barre Yu.	18:30~19:30 Basic meiko				18:30~19:30 Basic meiko
19:30	20:00~20:50 Peach Hip (members only) Rico	20:00~21:00 Basic meiko	20:00~21:00 Release&Strength Mizuki				20:00~21:00 Pilates Workout (members only) Rico
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

2021/6/16~2021/6/30

	6月16日(水)	6月17日(木)	6月18日(金)	6月19日(土)	6月20日(日)	6月21日(月)	6月22日(火)	6月23日(水)	
10:30	10:30~11:30 Hip&Leg Rico		10:30~11:30 Body Balance Yu.	10:30~11:30 Basic meiko	10:30~11:30 Jump to Burn Mizuki	close	10:30~11:30 Waist Yu.	10:30~11:30 Basic meiko	
12:00	12:00~13:00 Basic meiko		12:00~13:00 Pilates Workout (members only) Rico	12:00~13:00 Stretch&Conditioning Rico	12:00~13:00 Pilates Barre Yu.		12:00~13:00 Jump to Burn Rico	12:00~13:00 Back&Arm Yu.	
13:30	13:30~14:30 Jump to Burn Rico		13:30~14:30 Waist Yu.	13:30~14:30 Pilates Barre Mizuki	13:30~14:30 Basic meiko		13:30~14:30 Basic meiko	13:30~14:30 Waist Yu.	
15:00				15:00~16:00 Waist Rico	15:00~16:00 Advance (members only) Mizuki				
				16:30~17:30 Release&Strength Mizuki					
17:00									
18:00									
	18:30~19:30 Body Balance Yu.	18:30~19:30 Basic Yu.	18:30~19:30 Hip&Leg Rico					18:30~19:30 Body Balance Yu.	18:30~19:30 Hip&Leg Rico
19:30	20:00~21:00 Basic meiko	20:00~21:00 Jump to Burn Rico	20:00~21:00 Basic meiko					20:00~21:00 Hip&Leg Mizuki	20:00~21:00 Pilates Barre Rico
21:00									

	6月24日(木)	6月25日(金)	6月26日(土)	6月27日(日)	6月28日(月)	6月29日(火)	6月30日(水)	
10:30		10:30~11:30 Pilates Barre Rico	10:30~11:30 Jump to Burn Rico	10:30~11:30 Basic meiko	close	10:30~11:20 Peach Hip (members only) Mizuki	10:30~11:30 Waist Yu.	
12:00		12:00~13:00 Advance (members only) Mizuki	12:00~13:00 Back&Arm Mizuki	12:00~13:00 Hip&Leg Rico		12:00~13:00 Waist Yu.	12:00~13:00 Basic meiko	
13:30		13:30~14:30 Jump to Burn Rico	13:30~14:30 Basic Yu.	13:30~14:30 Pilates Workout (members only) Mizuki		13:30~14:30 Basic meiko	13:30~14:30 Hip&Leg Rico	
15:00			15:00~16:00 Release&Strength Mizuki	15:00~16:00 Stretch&Conditioning Rico				
			16:30~17:20 Peach Hip (members only) Rico					
17:00								
18:00								
	18:30~19:30 Body Balance Yu.	18:30~19:30 Basic meiko					18:30~19:30 Jump to Burn Rico	18:30~19:30 Stretch&Conditioning Rico
19:30	20:00~21:00 Basic meiko	20:00~21:00 Waist Yu.					20:00~21:00 Back&Arm Yu.	20:00~21:00 Basic meiko
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）