



pilates

pilates K 仙台PARCO2店 Lesson Schedule

更新日2022/1/15

2022/2/1~2022/2/15

	2月1日(火)	2月2日(水)	2月3日(木)	2月4日(金)	2月5日(土)	2月6日(日)	2月7日(月)	2月8日(火)
10:30	10:30~11:30 Back&Arm Yu.	10:30~11:30 Basic meiko		10:30~11:30 Advance (members only) Mizuki	10:30~11:30 Hip&Leg Miri	10:30~11:30 Basic Miri	close	10:30~11:30 Body Balance meiko
12:00	12:00~13:00 Shape up Waist meiko	12:00~12:50 Peach Hip (members only) Mizuki		12:00~13:00 Stretch&Conditioning Miri	12:00~13:00 Back&Arm meiko	12:00~13:00 Pilates Workout (members only) Yu.		12:00~13:00 Hip&Leg Miri
13:30	13:30~14:30 Basic Yu.	13:30~14:30 Hip&Leg meiko		13:30~14:30 Pilates Cardio Mizuki	13:30~14:30 Shape up Waist Yu.	13:30~14:30 Stretch&Conditioning Miri		13:30~14:30 Waist meiko
15:00					15:00~16:00 Basic Miri	15:00~16:00 Waist meiko		
17:00					16:30~17:30 Release&Strength Yu.			
18:00								
	18:30~19:30 Hip&Leg Miri	18:30~19:30 Pilates Cardio Mizuki	18:30~19:30 Hip&Leg Miri	18:30~19:30 Pilates Barre Yu.				18:30~19:30 Basic Mizuki
19:30	20:00~21:00 Beauty Pilates Mizuki	20:00~21:00 Basic Miri	20:00~21:00 Release&Strength Yu.	20:00~21:00 Body Balance meiko				20:00~21:00 Jump to Burn Yu.
21:00								

	2月9日(水)	2月10日(木)	2月11日(金)	2月12日(土)	2月13日(日)	2月14日(月)	2月15日(火)
10:30	10:30~11:30 Pilates Workout (members only) Mizuki		10:30~11:30 Basic meiko	10:30~11:30 Back&Arm Yu.	10:30~11:30 Pilates Cardio Mizuki	close	10:30~11:30 Basic Miri
12:00	12:00~13:00 Basic Miri		12:00~13:00 Jump to Burn Yu.	12:00~13:00 Shape up Waist meiko	12:00~13:00 Basic Miri		12:00~13:00 Waist Mizuki
13:30	13:30~14:30 Shape up Waist Yu.		13:30~14:30 Hip&Leg Mizuki	13:30~14:30 Basic Miri	13:30~14:30 Body Balance meiko		13:30~14:30 Hip&Leg Miri
15:00			15:00~16:00 Stretch&Conditioning Miri	15:00~15:50 Peach Hip (members only) Mizuki	15:00~16:00 Beauty Pilates Mizuki		
17:00			16:30~17:30 Hip&Leg Miri				
18:00			17:30~18:30 Pilates Cardio Mizuki				
	18:30~19:30 Release&Strength Yu.	18:30~19:30 Basic Yu.					18:30~19:30 Back&Arm meiko
19:30	20:00~21:00 Hip&Leg meiko	20:00~21:00 Advance (members only) Mizuki					20:00~21:00 Pilates Barre 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PARCO2店 Lesson Schedule

2022/2/16～2022/2/28

	2月16日(水)	2月17日(木)	2月18日(金)	2月19日(土)	2月20日(日)	2月21日(月)	2月22日(火)	2月23日(水)	
10:30	10:30～11:30 Basic Miri	close	10:30～11:30 Body Balance Yu.	10:30～11:30 Advance (members only) Mizuki	10:30～11:30 Basic meiko		10:30～11:30 Hip&Leg Miri	10:30～11:30 Back&Arm Yu.	
12:00	12:00～13:00 Pilates Cardio Mizuki		12:00～13:00 Waist meiko	12:00～13:00 Hip&Leg meiko	12:00～13:00 Jump to Burn Yu.		12:00～13:00 Beauty Pilates Mizuki	12:00～13:00 Waist meiko	
13:30	13:30～14:30 Hip&Leg meiko		13:30～14:30 Pilates Barre Yu.	13:30～14:30 Basic Miri	13:30～14:30 Shape up Waist meiko	13:30～14:30 Shape up Waist meiko	13:30～14:30 Stretch&Conditioning Miri	13:30～14:30 Jump to Burn Yu.	
15:00				15:00～16:00 Pilates Cardio Mizuki	15:00～16:00 Hip&Leg Yu.				
17:00				16:30～17:30 Back&Arm meiko					
18:00	18:30～19:30 Shape up Waist meiko		18:30～19:30 Pilates Workout (members only) Mizuki				18:30～19:30 Release&Strength Yu.	18:30～19:30 Body Balance meiko	18:30～19:30 Basic Miri
19:30	20:00～21:00 Beauty Pilates Mizuki		20:00～21:00 Stretch&Conditioning Miri				20:00～20:50 Peach Hip (members only) Mizuki	20:00～21:00 Basic Yu.	20:00～21:00 Hip&Leg meiko
21:00									

	2月24日(木)	2月25日(金)	2月26日(土)	2月27日(日)	2月28日(月)
10:30		10:30～11:30 Hip&Leg meiko	10:30～11:30 Basic meiko	10:30～11:30 Pilates Cardio Mizuki	close
12:00		12:00～13:00 Basic Miri	12:00～13:00 Shape up Waist Yu.	12:00～13:00 Basic Miri	
13:30		13:30～14:30 Pilates Workout (members only) Yu.	13:30～14:30 Beauty Pilates Mizuki	13:30～14:30 Jump to Burn Yu.	
15:00			15:00～16:00 Body Balance meiko	15:00～15:50 Peach Hip (members only) Mizuki	
17:00			16:30～17:30 Hip&Leg Mizuki		
18:00	18:30～19:30 Waist meiko	18:30～19:30 Back&Arm Yu.			
19:30	20:00～21:00 Release&Strength Miri	20:00～21:00 Pilates Cardio Mizuki			
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）