

pilates K 仙台店		【 09/01 ~ 09/08 】		スケジュール		2025/08/26 更新	
09/01	09/02	09/03	09/04	09/05	09/06	09/07	09/08
月	火	水	木	金	土	日	月
close	10:30 ~ 11:30 Release&Strength Makico.M	10:30 ~ 11:30 Body Balance Makico.M	10:30 ~ 11:30 Animal Stretch hoa	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre hoa	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Momoka.C	10:30 ~ 11:30 Leg Lines Rino.S	10:30 ~ 11:30 Back & Arm Momoka.C
	12:00 ~ 13:00 Pilates Cardio Makico.M	12:00 ~ 13:00 jump to burn MOE.T	12:00 ~ 13:00 Back & Arm Momoka.C	12:00 ~ 13:00 Reset Flow hoa	12:00 ~ 13:00 Pilates Barre hoa	12:00 ~ 13:00 Back & Arm Momoka.C	12:00 ~ 13:00 Basic Rino.S
	13:30 ~ 14:30 Back & Arm Momoka.C	13:30 ~ 14:30 Shape up waist Makico.M	13:30 ~ 14:30 Power up Control hoa	13:30 ~ 14:30 Waist MOE.T	13:30 ~ 14:30 Leg Lines Rino.S	13:30 ~ 14:30 Basic Rino.S	13:30 ~ 14:30 Back & Arm Momoka.C
	15:00 ~ 16:00 Back & Spine hoa		15:00 ~ 16:00 Leg Lines Rino.S		15:00 ~ 16:00 Stretch & Conditioning hoa	15:00 ~ 16:00 Power up Control hoa	
					16:30 ~ 17:30 jump to burn MOE.T	16:30 ~ 17:30 Back & Arm Momoka.C	
					18:00 ~ 19:00 Hip & Leg Rino.S	18:00 ~ 19:00 Release&Strength hoa	
	17:30 ~ 18:30 Waist MOE.T	17:30 ~ 18:30 Back & Arm Momoka.C	17:30 ~ 18:30 Basic Rino.S	17:30 ~ 18:30 jump to burn MOE.T	19:30 ~ 20:30 Waist MOE.T		17:30 ~ 18:30 Shape up waist 未定
	19:00 ~ 20:00 Hip Punch hoa	19:00 ~ 20:00 Waist MOE.T	19:00 ~ 20:00 Back & Arm Momoka.C	19:00 ~ 20:00 Basic Rino.S			19:00 ~ 20:00 Leg Lines Rino.S
	20:30 ~ 21:30 jump to burn MOE.T	20:30 ~ 21:30 Back & Arm Momoka.C	20:30 ~ 21:30 Hip & Leg Rino.S	20:30 ~ 21:30 Leg Lines Rino.S			20:30 ~ 21:30 Pilates Cardio Makico.M

pilates K 仙台店		【 09/09 ~ 09/16 】		スケジュール		2025/08/26 更新	
09/09	09/10	09/11	09/12	09/13	09/14	09/15	09/16
火	水	木	金	土	日	月	火
10:30 ~ 11:30 Shape up waist Makico.M	10:30 ~ 11:30 jump to burn MOE.T	10:30 ~ 11:30 Leg Lines Rino.S	10:30 ~ 11:30 Back & Spine hoa	10:30 ~ 11:30 Hip Punch hoa	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg Rino.S	10:30 ~ 11:30 Waist MOE.T	10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio Makico.M
12:00 ~ 13:00 Back & Arm Momoka.C	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg Rino.S	12:00 ~ 13:00 Pilates Barre MOE.T	12:00 ~ 13:00 Back & Arm Momoka.C	12:00 ~ 13:00 Basic Rino.S	12:00 ~ 13:00 jump to burn MOE.T	12:00 ~ 13:00 Leg Lines Rino.S	12:00 ~ 13:00 Pilates Barre MOE.T
13:30 ~ 14:30 Release&Strength Makico.M	13:30 ~ 14:30 Waist MOE.T	13:30 ~ 14:30 Basic Rino.S	13:30 ~ 14:30 Reset Flow hoa	13:30 ~ 14:30 Power up Control hoa	13:30 ~ 14:30 Back & Arm Momoka.C	13:30 ~ 14:30 jump to burn MOE.T	13:30 ~ 14:30 Back & Spine Makico.M
15:00 ~ 16:00 Back & Arm Momoka.C		15:00 ~ 16:00 Stretch & Conditioning hoa		15:00 ~ 16:00 Waist MOE.T	15:00 ~ 16:00 Basic Rino.S	15:00 ~ 16:00 Advance Makico.M	15:00 ~ 16:00 jump to burn MOE.T
				16:30 ~ 17:30 Leg Lines Rino.S	16:30 ~ 17:30 Back & Arm Momoka.C	16:30 ~ 17:30 Basic Rino.S	
				18:00 ~ 19:00 Back & Arm Momoka.C	18:00 ~ 19:00 Pilates Barre MOE.T	18:00 ~ 19:00 Pilates Cardio Makico.M	
17:30 ~ 18:30 Reset Flow hoa	17:30 ~ 18:30 Advance Makico.M	17:30 ~ 18:30 Back & Spine Makico.M	17:30 ~ 18:30 Back & Arm Momoka.C	19:30 ~ 20:30 Basic MOE.T			17:30 ~ 18:30 Leg Lines Rino.S
19:00 ~ 20:00 Body Balance Makico.M	19:00 ~ 20:00 Power up Control hoa	19:00 ~ 20:00 Animal Stretch hoa	19:00 ~ 20:00 Pilates Workout Makico.M				19:00 ~ 20:00 Back & Arm Momoka.C
20:30 ~ 21:30 Back & Spine hoa	20:30 ~ 21:30 Back & Arm Momoka.C	20:30 ~ 21:30 Shape up waist Makico.M	20:30 ~ 21:30 Body Balance Makico.M				20:30 ~ 21:30 Basic Rino.S

：体験可能レッスン
 ・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時間前を切つての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 K 仙台店		【 09/17 ~ 09/24 】		スケジュール		2025/08/26	更新
09/17	09/18	09/19	09/20	09/21	09/22	09/23	09/24
水	木	金	土	日	月	火	水
10:30 ~ 11:30 Back & Arm 🍃 Momoka.C	10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 Rino.S	10:30 ~ 11:30 jump to burn MOE.T	10:30 ~ 11:30 Shape up waist Makico.M	10:30 ~ 11:30 Reset Flow hoa	10:30 ~ 11:30 Body Balance Makico.M	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg 🍃 未定	10:30 ~ 11:30 Reset Flow hoa
12:00 ~ 13:00 Waist 🍃 MOE.T	12:00 ~ 13:00 Pilates Workout Makico.M	12:00 ~ 13:00 Animal Stretch hoa	12:00 ~ 13:00 Waist 🍃 MOE.T	12:00 ~ 13:00 Basic 🍃 Rino.S	12:00 ~ 13:00 jump to burn MOE.T	12:00 ~ 13:00 Shape up waist Makico.M	12:00 ~ 13:00 Waist 🍃 MOE.T
13:30 ~ 14:30 Back & Arm 🍃 Momoka.C	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg 🍃 Rino.S	13:30 ~ 14:30 Pilates Barre MOE.T	13:30 ~ 14:30 Release&Strength hoa	13:30 ~ 14:30 Pilates Barre hoa	13:30 ~ 14:30 Basic 🍃 未定	13:30 ~ 14:30 jump to burn MOE.T	13:30 ~ 14:30 Hip Punch hoa
	15:00 ~ 16:00 Release&Strength Makico.M		15:00 ~ 16:00 jump to burn MOE.T	15:00 ~ 16:00 Back & Arm 🍃 Momoka.C		15:00 ~ 16:00 Body Balance Makico.M	
			16:30 ~ 17:30 Advance Makico.M	16:30 ~ 17:30 Leg Lines Rino.S		16:30 ~ 17:30 Back & Arm 🍃 Momoka.C	
			18:00 ~ 19:00 Hip Punch hoa	18:00 ~ 19:00 Back & Arm 🍃 Momoka.C		18:00 ~ 19:00 Basic 🍃 MOE.T	
17:30 ~ 18:30 Power up Control hoa	17:30 ~ 18:30 Pilates Barre hoa	17:30 ~ 18:30 Hip & Leg 🍃 Rino.S	19:30 ~ 20:30 Back & Arm 🍃 Momoka.C		17:30 ~ 18:30 Stretch & Conditioning 🍃 未定		17:30 ~ 18:30 Back & Spine Makico.M
19:00 ~ 20:00 jump to burn MOE.T	19:00 ~ 20:00 Back & Spine hoa	19:00 ~ 20:00 Reset Flow hoa			19:00 ~ 20:00 Shape up waist Makico.M		19:00 ~ 20:00 Leg Lines Rino.S
20:30 ~ 21:30 Release&Strength hoa	20:30 ~ 21:30 Back & Arm 🍃 Momoka.C	20:30 ~ 21:30 Leg Lines Rino.S			20:30 ~ 21:30 Pilates Barre MOE.T		20:30 ~ 21:30 Hip & Leg 🍃 未定

pilates K 仙台店		【 09/25 ~ 9/30 】		スケジュール		2025/08/26	更新
09/25	09/26	09/27	09/28	09/29	09/30		
木	金	土	日	月	火		
10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 Rino.S	10:30 ~ 11:30 Release&Strength Makico.M	10:30 ~ 11:30 jump to burn MOE.T	10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 Rino.S	10:30 ~ 11:30 Hip Punch hoa	10:30 ~ 11:30 Leg Lines Rino.S		
12:00 ~ 13:00 Power up Control hoa	12:00 ~ 13:00 Basic 🍃 Rino.S	12:00 ~ 13:00 Back & Spine Makico.M	12:00 ~ 13:00 Back & Arm 🍃 Momoka.C	12:00 ~ 13:00 Hip & Leg 🍃 未定	12:00 ~ 13:00 Reset Flow hoa		
13:30 ~ 14:30 Leg Lines Rino.S	13:30 ~ 14:30 Pilates Workout Makico.M	13:30 ~ 14:30 Waist 🍃 MOE.T	13:30 ~ 14:30 Leg Lines Rino.S	13:30 ~ 14:30 Animal Stretch hoa	13:30 ~ 14:30 Basic 🍃 Rino.S		
15:00 ~ 16:00 Waist 🍃 MOE.T		15:00 ~ 16:00 Basic 🍃 Rino.S	15:00 ~ 16:00 Advance Makico.M		15:00 ~ 16:00 Hip Punch hoa		
		16:30 ~ 17:30 Hip Punch hoa	16:30 ~ 17:30 Hip & Leg 🍃 未定				
		18:00 ~ 19:00 Leg Lines Rino.S	18:00 ~ 19:00 Shape up waist Makico.M				
17:30 ~ 18:30 Pilates Barre MOE.T	17:30 ~ 18:30 Waist 🍃 MOE.T	19:30 ~ 20:30 Stretch & Conditioning 🍃 hoa		17:30 ~ 18:30 Reset Flow Makico.M	17:30 ~ 18:30 Pilates Cardio Makico.M		
19:00 ~ 20:00 Waist 🍃 MOE.T	19:00 ~ 20:00 Hip & Leg 🍃 Rino.S			19:00 ~ 20:00 Back & Arm 🍃 Momoka.C	19:00 ~ 20:00 Basic 🍃 hoa		
20:30 ~ 21:30 Reset Flow hoa	20:30 ~ 21:30 jump to burn MOE.T			20:30 ~ 21:30 Pilates Workout Makico.M	20:30 ~ 21:30 Waist 🍃 MOE.T		

🍃 : 体験可能レッスン
・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時間前迄を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。