

2026/01/14 更新

02/01	02/02	02/03	02/04	02/05	02/06	02/07	02/08	
日	月	火	水	木	金	土	日	
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
Back & Arm 🏋️	Hip & Leg 🏋️		Body Balance	Hip & Leg 🏋️	Back & Spine	Hip & Leg 🏋️	jump to burn	
Mizuki.T	Mizuki.T		Yuuna	Mizuki.T	Rino.S	Mizuki.T	Yuuna	
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	
Back & Spine	Basic 🏋️		Back & Arm 🏋️	Pilates Cardio	Hip & Leg 🏋️	Shape up waist	Back & Arm 🏋️	
Rino.S	Rino.S		Mizuki.T	Yuuna	Momoka.C	Rino.S	Momoka.C	
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	
Release&Strength	Back & Arm 🏋️		Animal Stretch	Back & Arm 🏋️	Leg Lines	Back & Arm 🏋️	Back & Spine	
Liina.S	Mizuki.T		Yuuna	Mizuki.T	Rino.S	Mizuki.T	Rino.S	
15:00 ~ 16:00	close		close	close	15:00 ~ 16:00	close	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00
Waist 🏋️					jump to burn		Stretch & Conditioning 🏋️	Hip Punch
Yui.S					Yuuna		Rino.S	Yuuna
16:30 ~ 17:30					close		16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30
Leg Lines							Basic 🏋️	Hip & Leg 🏋️
Rino.S							Yui.S	Momoka.C
18:00 ~ 19:00							18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
Basic 🏋️	Back & Spine	Leg Lines						
Yui.S	Rino.S	Rino.S						
close	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	19:30 ~ 20:30	close		
	Back & Spine	Shape up waist	Hip & Leg 🏋️	jump to burn	Waist 🏋️			
	Rino.S	Rino.S	Mizuki.T	Yuuna	Yui.S			
	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	close			
	Leg Lines	Back & Arm 🏋️	Pilates Workout	Hip & Leg 🏋️				
	Rino.S	Momoka.C	Sakura.N	Mizuki.T				
	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30				
Waist 🏋️	Leg Lines	Shape up waist	Basic 🏋️					
Yui.S	Rino.S	Sakura.N	Yui.S					

02/09	02/10	02/11	02/12	02/13	02/14	02/15	02/16
月	火	水	木	金	土	日	月
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Basic 🏊	Pilates Barre	Back & Arm 🏊	Waist 🏊	Hip & Leg 🏊	Release&Strength	Shape up waist	Waist 🏊
Yui.S	Liina.S	Mizuki.T	Yui.S	Mizuki.T	Liina.S	Rino.S	Yui.S
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00
Waist 🏊	Back & Spine	Basic 🏊	Hip Punch	Release&Strength	Basic 🏊	Hip & Leg 🏊	Body Balance
Yui.S	Rino.S	Yui.S	Yuuna	Momoka.C	Yui.S	Momoka.C	Yuuna
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30
Release&Strength	Hip & Leg 🏊	Waist 🏊	Basic 🏊	Back & Arm 🏊	Shape up waist	Basic 🏊	Basic 🏊
Momoka.C	Momoka.C	Yui.S	Yui.S	Mizuki.T	Rino.S	Yui.S	Yui.S
close	15:00 ~ 16:00	close	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	close
	Release&Strength		Body Balance	Waist 🏊	Pilates Barre	Back & Spine	
	Liina.S		Yuuna	Momoka.C	Liina.S	Rino.S	
	close		Hip & Leg 🏊	Waist 🏊			
			Rino.S	Yui.S			
			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			
			Pilates Cardio	Back & Arm 🏊			
Yuuna	Momoka.C						
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	19:30 ~ 20:30	close	17:30 ~ 18:30
Body Balance	Waist 🏊	Leg Lines	Shape up waist	Hip Punch	Back & Arm 🏊		Hip & Leg 🏊
Yuuna	Yui.S	Rino.S	Rino.S	Yuuna	Mizuki.T		Mizuki.T
19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	close		19:00 ~ 20:00
Basic 🏊	Pilates Cardio	Hip & Leg 🏊	jump to burn	Release&Strength			Hip Punch
Yui.S	Yuuna	Mizuki.T	Yuuna	Momoka.C			Yuuna
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30			20:30 ~ 21:30
jump to burn	Back & Arm 🏊	Back & Spine	Leg Lines	Pilates Cardio		Back & Arm 🏊	
Yuuna	Mizuki.T	Rino.S	Rino.S	Yuuna		Mizuki.T	

※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。

pilatesK 仙台店		【 02/17 ~ 02/24 】 スケジュール						2026/01/14 更新							
02/17		02/18		02/19		02/20		02/21		02/22		02/23		02/24	
火		水		木		金		土		日		月		火	
10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	
Release&Strength		Basic 🌿		Back & Arm 🌿		Hip & Leg 🌿		Waist 🌿		Pilates Cardio		Release&Strength		Waist 🌿	
Momoka.C		Yui.S		Mizuki.T		Mizuki.T		Yui.S		Yuuna		Momoka.C		Yui.S	
12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	
Hip & Leg 🌿		Waist 🌿		Release&Strength		Back & Arm 🌿		Animal Stretch		Release&Strength		Back & Spine		Back & Arm 🌿	
Mizuki.T		Yui.S		Momoka.C		Momoka.C		Yuuna		Momoka.C		Rino.S		Momoka.C	
13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	
Back & Arm 🌿		jump to burn		Hip & Leg 🌿		Back & Spine		Basic 🌿		Body Balance		Back & Arm 🌿		Release&Strength	
Mizuki.T		Yuuna		Mizuki.T		Rino.S		Yui.S		Yuuna		Momoka.C		Momoka.C	
15:00 ~ 16:00		close		15:00 ~ 16:00		close		15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00		close		15:00 ~ 16:00	
Waist 🌿				Back & Arm 🌿				Hip & Leg 🌿		Basic 🌿					
Momoka.C				Momoka.C				Yui.S							
close				close				16:30 ~ 17:30		16:30 ~ 17:30					
								jump to burn		Hip Punch					
								Yuuna		Yuuna					
								18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00					
Hip & Leg 🌿		Waist 🌿													
Mizuki.T		Momoka.C													
17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30		19:30 ~ 20:30		close		17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30	
Animal Stretch		Back & Arm 🌿		Basic 🌿		Release&Strength		Body Balance				Shape up waist		Waist 🌿	
Yuuna		Momoka.C		Yui.S		Momoka.C		Yuuna				Rino.S		Momoka.C	
19:00 ~ 20:00		19:00 ~ 20:00		19:00 ~ 20:00		19:00 ~ 20:00		close				19:00 ~ 20:00		19:00 ~ 20:00	
Back & Arm 🌿		Body Balance		Hip & Leg 🌿		Waist 🌿						Leg Lines		Hip & Leg 🌿	
Mizuki.T		Yuuna		Mizuki.T		Yui.S						Rino.S		Mizuki.T	
20:30 ~ 21:30		20:30 ~ 21:30		20:30 ~ 21:30		20:30 ~ 21:30						20:30 ~ 21:30		20:30 ~ 21:30	
Hip Punch		Release&Strength		Waist 🌿		Basic 🌿				Hip & Leg 🌿		Back & Arm 🌿			
Yuuna		Momoka.C		Yui.S		Yui.S				Mizuki.T		Mizuki.T			

pilatesK 仙台店		【 02/25 ~ 02/28 】 スケジュール	
02/25	02/26	02/27	02/28
水	木	金	土
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Hip & Leg 🌈	Basic 🌈	Hip Punch	Hip & Leg 🌈
Mizuki.T	Yui.S	Yuuna	Momoka.C
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00
Pilates Barre	jump to burn	Hip & Leg 🌈	Pilates Cardio
Liina.S	Yuuna	Mizuki.T	Yuuna
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30
Leg Lines	Waist 🌈	Animal Stretch	Back & Arm 🌈
Rino.S	Yui.S	Yuuna	Momoka.C
close	15:00 ~ 16:00	close	15:00 ~ 16:00
	Pilates Cardio		jump to burn
	Yuuna		Yuuna
	close		16:30 ~ 17:30
			Shape up waist
			Rino.S
			18:00 ~ 19:00
	Release&Strength		
Momoka.C			
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	19:30 ~ 20:30
Release&Strength	Back & Arm 🌈	Waist 🌈	Back & Spine
Momoka.C	Mizuki.T	Momoka.C	Rino.S
19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	close
Hip Punch	Waist 🌈	Back & Arm 🌈	
Yuuna	Yui.S	Mizuki.T	
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	
Basic 🌈	Hip & Leg 🌈	Release&Strength	
Yui.S	Mizuki.T	Momoka.C	

 : 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。