

pilatesK 仙台店		【 04/01 ~ 04/08 】					スケジュール		2026/03/16 更新																					
04/01		04/02		04/03		04/04		04/05		04/06		04/07		04/08																
水		木		金		土		日		月		火		水																
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	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															
Hip & Leg 🌿		Back & Arm 🌿		Pre Basic 🌿		jump to burn		Basic 🌿		CLOSE		Release&Strength		Body Balance																
Mizuki.T		Mina.N		Meiko.N		Yuuna		Yui.S		CLOSE		Kanna.A		Sakura.N																
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	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	CLOSE		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00															
Power up Control		Hip & Leg 🌿		Back & Arm 🌿		Back & Arm 🌿		Hip Punch		CLOSE		Back & Arm 🌿		Waist 🌿																
Yuuna		Mizuki.T		Mizuki.T		Mina.N		Yuuna		CLOSE		Mizuki.T		Ayumu.T																
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	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	CLOSE		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30															
Back & Arm 🌿		Back & Arm 🌿		Shape up waist		Pilates Workout		Waist 🌿		CLOSE		Pre Basic 🌿		Hip Punch																
Mizuki.T		Mizuki.T		Meiko.N		Sakura.N		Yui.S		CLOSE		Kanna.A		Yuuna																
CLOSE	15:00 ~ 16:00	CLOSE	CLOSE	CLOSE	CLOSE	CLOSE	CLOSE	CLOSE	CLOSE	CLOSE	CLOSE	CLOSE	CLOSE	CLOSE	CLOSE															
																Waist 🌿	Basic 🌿	Back & Arm 🌿	Mizuki.T	15:00 ~ 16:00	Hip & Leg 🌿									
																Ayumu.T	Sakura.N	Yuuna	Yui.S	16:30 ~ 17:30	Pilates Cardio									
	16:30 ~ 17:30															16:30 ~ 17:30		Pilates Cardio		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		Body Balance		Hip & Leg 🌿				
	Stretch & Conditioning 🌿															Pilates Cardio		Body Balance		Hip & Leg 🌿		Sakura.N		Mizuki.T		17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30		
	Yui.S															Yuuna		Hip & Leg 🌿		Mizuki.T		17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30		
	18:00 ~ 19:00															18:00 ~ 19:00		Hip & Leg 🌿		Mizuki.T		17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30		
	Body Balance															Hip & Leg 🌿		Sakura.N		Mizuki.T		17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30		
	Sakura.N															Mizuki.T		17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30		
Pre Basic 🌿		Pilates Cardio		Stretch & Conditioning 🌿		Waist 🌿		CLOSE		CLOSE		Pilates Barre		Power up Control																
Meiko.N		Yuuna		Yui.S		Yui.S		CLOSE		CLOSE		Sakura.N		Yuuna																
19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	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	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00															
Stretch & Conditioning 🌿		Waist 🌿		Basic 🌿		CLOSE		CLOSE		CLOSE		Pilates Workout		Back & Arm 🌿																
Yui.S		Ayumu.T		Yui.S		CLOSE		CLOSE		CLOSE		Sakura.N		Mina.N																
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	CLOSE		20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30															
Shape up waist		Hip Punch		Waist 🌿		CLOSE		CLOSE		CLOSE		Stretch & Conditioning 🌿		Hip & Leg 🌿																
Meiko.N		Yuuna		Ayumu.T		CLOSE		CLOSE		CLOSE		Yui.S		Mizuki.T																

pilatesK 仙台店		【 04/09 ~ 04/16 】				スケジュール									
04/09		04/10		04/11		04/12		04/13		04/14		04/15		04/16	
木		金		土		日		月		火		水		木	
10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		CLOSE		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	
Basic 🍃		Back & Arm 🍃		Stretch & Conditioning 🍃		Hip Punch				Pre Basic 🍃		Hip & Leg 🍃		Waist 🍃	
Yui.S		Mina.N		Yui.S		Yuuna				Meiko.N		Mizuki.T		Ayumu.T	
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	
Pilates Cardio		Stretch & Conditioning 🍃		Power up Control		Back & Arm 🍃				Stretch & Conditioning 🍃		Shape up waist		Pilates Workout	
Yuuna		Yui.S		Yuuna		Mina.N				Yui.S		Sakura.N		Sakura.N	
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	
Stretch & Conditioning 🍃		Pilates Barre		Back & Arm 🍃		Pilates Workout				Shape up waist		Waist 🍃		Waist 🍃	
Yui.S		Sakura.N		Mina.N		Sakura.N				Meiko.N		Ayumu.T		Ayumu.T	
15:00 ~ 16:00		CLOSE		15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00				15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00	
jump to burn				Shape up waist		Animal Stretch		Basic 🍃		Pilates Cardio		Body Balance			
Yuuna				Sakura.N		Yuuna		Yui.S		Yuuna		Sakura.N			
CLOSE				16:30 ~ 17:30		16:30 ~ 17:30		16:30 ~ 17:30		16:30 ~ 17:30		16:30 ~ 17:30			
				Waist 🍃		Back & Arm 🍃		Hip Punch		Back & Arm 🍃		CLOSE			
				Yui.S		Mina.N		Yuuna		Mina.N					
		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00							
		Back & Arm 🍃		jump to burn		Waist 🍃		Basic 🍃							
				Mina.N		Sakura.N		Ayumu.T		Yui.S					
17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30		19:30 ~ 20:30		CLOSE		CLOSE		CLOSE		CLOSE		17:30 ~ 18:30	
Waist 🍃		Shape up waist		Pilates Barre										Animal Stretch	
Ayumu.T		Sakura.N		Sakura.N										Yuuna	
19:00 ~ 20:00		19:00 ~ 20:00		CLOSE										19:00 ~ 20:00	
Pre Basic 🍃		Hip & Leg 🍃												Back & Arm 🍃	
Meiko.N		Mizuki.T												Mina.N	
20:30 ~ 21:30		20:30 ~ 21:30				20:30 ~ 21:30									
Pilates Barre		Waist 🍃				Pilates Cardio									
Meiko.N		Ayumu.T										Yuuna			

🍃：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。

pilatesK 仙台店		【 04/17 ~ 04/24 】 スケジュール						2026/03/16 更新								
04/17		04/18		04/19		04/20		04/21		04/22		04/23		04/24		
金		土		日		月		火		水		木		金		
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		
Pilates Barre		Pre Basic 🌿		Stretch & Conditioning 🌿		Animal Stretch		Back & Arm 🌿		Waist 🌿		Hip & Leg 🌿		Basic 🌿		
Sakura.N		Kanna.A		Yui.S		Yuuna		Mina.N		Ayumu.T		Mizuki.T		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 🌿		Stretch & Conditioning 🌿		Waist 🌿		Back & Arm 🌿		Power up Control		Pilates Workout		Basic 🌿		Hip Punch		
Mizuki.T		Yui.S		Ayumu.T		Mina.N		Yuuna		Sakura.N		Yui.S		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		
jump to burn		Release&Strength		Power up Control		Hip Punch		Animal Stretch		Pilates Barre		Hip & Leg 🌿		Back & Arm 🌿		
Sakura.N		Kanna.A		Yuuna		Yuuna		Yuuna		Sakura.N		Mizuki.T		Mina.N		
CLOSE		15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00		CLOSE		15:00 ~ 16:00		CLOSE		15:00 ~ 16:00		CLOSE		
		Waist 🌿		Basic 🌿				Back & Arm 🌿				Waist 🌿				
		Ayumu.T		Yui.S				Mina.N				Yui.S				
		16:30 ~ 17:30		16:30 ~ 17:30												
		Basic 🌿		Body Balance												
		Yui.S		Yuuna												
		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00												
	Animal Stretch		Waist 🌿													
	Yuuna		Ayumu.T													
17:30 ~ 18:30		19:30 ~ 20:30		CLOSE	17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30	
Basic 🌿		Waist 🌿			Back & Arm 🌿		Hip & Leg 🌿		Stretch & Conditioning 🌿		jump to burn		Waist 🌿			
Yui.S		Ayumu.T			Mizuki.T		Mizuki.T		Yui.S		Sakura.N		Ayumu.T			
19:00 ~ 20:00					19:00 ~ 20:00		19:00 ~ 20:00		19:00 ~ 20:00		19:00 ~ 20:00		19:00 ~ 20:00			
Waist 🌿					Waist 🌿		Shape up waist		Back & Arm 🌿		Body Balance		Hip & Leg 🌿			
Yui.S					Ayumu.T		Sakura.N		Mina.N		Sakura.N		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		20:30 ~ 21:30	
Back &Arm 🌿					Hip & Leg 🌿		jump to burn		Basic 🌿		Waist 🌿		Pilates Workout			
Mina.N					Mizuki.T		Sakura.N		Yui.S		Ayumu.T		Sakura.N			

pilatesK 仙台店		【 04/25 ~ 04/30 】 スケジュール			
04/25	04/26	04/27	04/28	04/29	04/30
土	日	月	火	水	木
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Back & Arm 🌿	Body Balance	Shape up waist	Back & Arm 🌿	Pilates Barre	Waist 🌿
Mina.N	Sakura.N	Sakura.N	Mina.N	Sakura.N	Ayumu.T
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 🌿	Pre Basic 🌿	Waist 🌿	Pilates Cardio	Back & Arm 🌿	Hip & Leg 🌿
Mizuki.T	Meiko.N	Yui.S	Yuuna	Mina.N	Mizuki.T
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 🌿	Waist 🌿	Body Balance	Back & Arm 🌿	Pilates Workout	Waist 🌿
Mizuki.T	Ayumu.T	Sakura.N	Mina.N	Sakura.N	Ayumu.T
15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	CLOSE	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00
Hip Punch	Pilates Workout		jump to burn	Basic 🌿	Body Balance
Yuuna	Sakura.N		Yuuna	Yui.S	Sakura.N
16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30		CLOSE	16:30 ~ 17:30	CLOSE
Pilates Cardio	Shape up waist			Shape up waist	
Yuuna	Meiko.N			Sakura.N	
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00	
Hip & Leg 🌿	Waist 🌿			Waist 🌿	
Mizuki.T	Ayumu.T		Ayumu.T		
19:30 ~ 20:30	CLOSE	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	19:30 ~ 20:30	17:30 ~ 18:30
Power up Control		Stretch & Conditioning 🌿	Waist 🌿	Hip & Leg 🌿	Pilates Barre
Yuuna		Yui.S	Ayumu.T	Mizuki.T	Sakura.N
CLOSE		19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	CLOSE	19:00 ~ 20:00
		Hip Punch	Stretch & Conditioning 🌿		Power up Control
		Yuuna	Yui.S		Yuuna
		20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30		20:30 ~ 21:30
Back & Arm 🌿	Basic 🌿	Back & Arm 🌿			
Mina.N	Yui.S	Mina.N			

 : 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。