

pilatesK 仙台店		【 04/01 ~ 04/08 】			スケジュール		2026/03/21 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		CLOSE		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	
Hip & Leg 🌿		Back & Arm 🌿		Pre Basic 🌿		jump to burn		Basic 🌿				Release&Strength		Body Balance	
Mizuki.T		Mina.N		Meiko.N		Yuuna		Yui.S				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	
Power up Control		Hip & Leg 🌿		Back & Arm 🌿		Back & Arm 🌿		Hip Punch				Back & Arm 🌿		Waist 🌿	
Yuuna		Mizuki.T		Mizuki.T		Mina.N		Yuuna				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	
Back & Arm 🌿		Back & Arm 🌿		Shape up waist		Pilates Workout		Waist 🌿				Pre Basic 🌿		Hip Punch	
Mizuki.T		Mizuki.T		Meiko.N		Sakura.N		Yui.S				Kanna.A		Yuuna	
CLOSE		15:00 ~ 16:00		CLOSE		15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00				15:00 ~ 16:00		CLOSE	
		Waist 🌿				Basic 🌿		Back & Arm 🌿							
		Ayumu.T				Sakura.N		Mizuki.T							
		CLOSE				16:30 ~ 17:30		16:30 ~ 17:30							
						Stretch & Conditioning 🌿		Pilates Cardio							
						Yui.S		Yuuna							
18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00									
Body Balance		Hip & Leg 🌿		Hip & Leg 🌿		Hip & Leg 🌿									
Sakura.N		Mizuki.T		Sakura.N		Mizuki.T		Mizuki.T				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		17:30 ~ 18:30	
Pre Basic 🌿		Pilates Cardio		Stretch & Conditioning 🌿		Waist 🌿						Pilates Barre		Power up Control	
Meiko.N		Yuuna		Yui.S		Yui.S						Sakura.N		Yuuna	
19:00 ~ 20:00		19:00 ~ 20:00		19:00 ~ 20:00		CLOSE						19:00 ~ 20:00		19:00 ~ 20:00	
Stretch & Conditioning 🌿		Waist 🌿		Basic 🌿								Pilates Workout		Back & Arm 🌿	
Yui.S		Ayumu.T		Yui.S								Sakura.N		Mina.N	
20:30 ~ 21:30		20:30 ~ 21:30		20:30 ~ 21:30				20:30 ~ 21:30				20:30 ~ 21:30			
Shape up waist		Hip Punch		Waist 🌿		Stretch & Conditioning 🌿		Hip & Leg 🌿				Yui.S		Mizuki.T	
Meiko.N		Yuuna		Ayumu.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		CLOSE	CLOSE	CLOSE				
		Waist 🍃	Back & Arm 🍃								
		Yui.S	Mina.N		17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30					
		Back & Arm 🍃	jump to burn		Hip Punch	Back & Arm 🍃					
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	19:30 ~ 20:30	CLOSE		CLOSE	CLOSE	17:30 ~ 18:30				
								Animal Stretch			
								Yuuna			
								19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	Back & Arm 🍃	
								Mina.N			
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	Pilates Cardio									
Pilates Barre	Waist 🍃	Yuuna									
Meiko.N	Ayumu.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						2026/03/21 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	CLOSE
		Waist 🌿		Basic 🌿				Back & Arm 🌿			Waist 🌿				
		Ayumu.T		Yui.S				Mina.N			Yui.S				
		16:30 ~ 17:30		16:30 ~ 17:30			CLOSE	CLOSE			CLOSE				
		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		
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		CLOSE	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。