

pilatesK_smart 仙台店 【 05/01 ~ 05/08 】 スケジュール

2026/04/11 更新

05/01 金	05/02 土	05/03 日	05/04 月	05/05 火	05/06 水	05/07 木	05/08 金
10:30 ~ 11:00 Waist A Kico	10:30 ~ 11:00 Basic A NATSUMI.A	close	10:30 ~ 11:00 Basic B Hinata.i	10:30 ~ 11:00 Stretch A Hinata.i	10:30 ~ 11:00 Hip B NATSUMI.A	close	10:30 ~ 11:00 Basic A Hinata.i
11:30 ~ 12:00 Basic A NATSUMI.A	11:30 ~ 12:00 Hip A Hinata.i		11:30 ~ 12:00 Waist A NATSUMI.A	11:30 ~ 12:00 Basic A NATSUMI.A	11:30 ~ 12:00 Stretch A Hinata.i		11:30 ~ 12:00 Leg A NATSUMI.A
12:30 ~ 13:00 Leg A Kico	12:30 ~ 13:00 Basic B NATSUMI.A		12:30 ~ 13:00 Stretch A Hinata.i	12:30 ~ 13:00 Leg A Hinata.i	12:30 ~ 13:00 Basic A NATSUMI.A		12:30 ~ 13:00 Basic B Hinata.i
13:30 ~ 14:00 Basic B NATSUMI.A	13:30 ~ 14:00 Waist A Hinata.i		13:30 ~ 14:00 Basic A NATSUMI.A	13:30 ~ 14:00 Basic B NATSUMI.A	13:30 ~ 14:00 Leg A Hinata.i		13:30 ~ 14:00 Stretch A NATSUMI.A
close	14:30 ~ 15:00 Stretch A NATSUMI.A		14:30 ~ 15:00 Hip A Hinata.i	14:30 ~ 15:00 Waist A Hinata.i	14:30 ~ 15:00 Basic B NATSUMI.A		close
	15:30 ~ 16:00 Leg A Hinata.i		15:30 ~ 16:00 Basic B NATSUMI.A	15:30 ~ 16:00 Basic A NATSUMI.A	15:30 ~ 16:00 Hip A Hinata.i		
	16:30 ~ 17:00 Basic A NATSUMI.A		16:30 ~ 17:00 Leg A Hinata.i	16:30 ~ 17:00 Hip A Hinata.i	16:30 ~ 17:00 Basic A NATSUMI.A		
	17:30 ~ 18:00 Hip B NATSUMI.A		close	close	close		
18:30 ~ 19:00 Stretch A Hinata.i	18:30 ~ 19:00 Waist A NATSUMI.A						18:30 ~ 19:00 Basic B NATSUMI.A
19:30 ~ 20:00 Basic A NATSUMI.A	19:30 ~ 20:00 Basic B NATSUMI.A						19:30 ~ 20:00 Stretch A Kico
20:30 ~ 21:00 Basic B Hinata.i	20:30 ~ 21:00 Leg A NATSUMI.A						20:30 ~ 21:00 Basic A NATSUMI.A

pilatesK_smart 仙台店 【 05/09 ~ 05/16 】 スケジュール

2026/04/11 更新

05/09 土	05/10 日	05/11 月	05/12 火	05/13 水	05/14 木	05/15 金	05/16 土											
10:30 ~ 11:00 Hip A Kico	close	close	10:30 ~ 11:00 Basic A NATSUMI.A	10:30 ~ 11:00 Leg A Hinata.i	close	close	close											
11:30 ~ 12:00 Basic B Hinata.i			11:30 ~ 12:00 Hip A Hinata.i	11:30 ~ 12:00 Basic A Kico														
12:30 ~ 13:00 Basic A Kico			12:30 ~ 13:00 Stretch A NATSUMI.A	12:30 ~ 13:00 Waist A Hinata.i														
13:30 ~ 14:00 Hip B Kico			13:30 ~ 14:00 Waist A Hinata.i	13:30 ~ 14:00 Basic B Kico														
14:30 ~ 15:00 Stretch A Hinata.i			close	close				close	close	close								
15:30 ~ 16:00 Waist A Kico											close	close	close	close				
16:30 ~ 17:00 Basic B Hinata.i															close	close	close	close
close																		
			17:30 ~ 18:00 Basic B NATSUMI.A	17:30 ~ 18:00 Stretch A Kico				17:30 ~ 18:00 Basic B Kico										
			18:30 ~ 19:00 Leg A Kico	18:30 ~ 19:00 Basic A Kico				18:30 ~ 19:00 Hip B Kico										
			19:30 ~ 20:00 Basic A NATSUMI.A	19:30 ~ 20:00 Hip A Hinata.i				19:30 ~ 20:00 Basic A Kico										
close			close	close				20:30 ~ 21:00 Stretch A Kico	20:30 ~ 21:00 Basic B Kico	20:30 ~ 21:00 Waist A Kico								

