

pilatesK 仙台店		【 10/01 ~ 10/08 】				スケジュール		2026/09/14 更新							
10/01		10/02		10/03		10/04		10/05	10/06		10/07		10/08		
木		金		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	10:30 ~ 11:30			10:30 ~ 11:30		close		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
Back & Arm 🌿	Pilates Cardio		Basic 🌿		Waist 🌿		Basic 🌿						jump to burn		
Mina.N	Yui.S		Emma.L		Ayumu.T		Emma.L						Mina.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		
Style up Pilates	Beauty Conditioning 🌿		Pilates Workout		Hip Punch		Style up Pilates						Hip & Leg 🌿		
Sakura.N	ami.k		Sakura.N		Mina.N		Sakura.N						Mina.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			13:30 ~ 14:30		14:00 ~ 15:00		13:30 ~ 14:30		
jump to burn	Shape up waist		Release&Strength		Pre Basic 🌿		Pilates Cardio		Hip Punch				Basic 🌿		
Mina.N	Yui.S		Ayumu.T		Ayumu.T		Yui.S		Mina.N				Emma.L		
15:00 ~ 16:00	close		15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00		15:30 ~ 16:30		15:00 ~ 16:00				
Pilates Workout			Basic 🌿		Back & Arm 🌿		Basic 🌿		Body Balance		Waist 🌿				
Sakura.N			Emma.L		Mina.N		Emma.L		Sakura.N		Ayumu.T				
close			16:30 ~ 17:30		16:30 ~ 17:30		close		close		close				
			Waist 🌿		Basic 🌿										
			Ayumu.T		Emma.L										
			18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00										
close		Style up Pilates		jump to burn		close			close		close				
		Sakura.N		Mina.N											
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	19:30 ~ 20:30	close		17:30 ~ 18:30			18:00 ~ 19:00		17:30 ~ 18:30				
Pilates Cardio	Hip & Leg 🌿		Body Balance			Shape up waist			Style up Pilates		Hip Punch				
Yui.S	Sakura.N		Ayumu.T			Yui.S			Sakura.N		Mina.N				
19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	close				close			close		19:30 ~ 20:30		19:00 ~ 20:00		
Hip Punch	Body Balance										jump to burn		Pre Basic 🌿		
Mina.N	ami.k							Mina.N			Ayumu.T				
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30							21:00 ~ 22:00			20:30 ~ 21:30				
Waist 🌿	Style up Pilates				Basic 🌿		Body Balance								
Yui.S	Sakura.N				Emma.L		Ayumu.T								

pilatesK 仙台店		【 10/09 ~ 10/16 】		スケジュール			
10/09	10/10	10/11	10/12	10/13	10/14	10/15	10/16
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
Shape up waist	Body Balance	Style up Pilates	Back & Spine	Beauty Conditioning 🌿	Pre Basic 🌿	Body Balance	Basic 🌿
Yui.S	Ayumu.T	Sakura.N	Sakura.N	Mina.N	Ayumu.T	Ayumu.T	Emma.L
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
Basic 🌿	Basic 🌿	Release&Strength	Pre Basic 🌿	Shape up waist	jump to burn	Basic 🌿	Body Balance
Emma.L	Emma.L	Ayumu.T	Ayumu.T	Yui.S	Mina.N	Emma.L	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
Back & Arm 🌿	Shape up waist	Pilates Workout	Style up Pilates	Hip & Leg 🌿	Release&Strength	Waist 🌿	Pre Basic 🌿
Mina.N	Yui.S	Sakura.N	Sakura.N	Mina.N	Ayumu.T	Ayumu.T	Ayumu.T
close	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	close	15:00 ~ 16:00	close
	Pre Basic 🌿	Shape up waist	Basic 🌿	Basic 🌿		Hip & Leg 🌿	
	Ayumu.T	Yui.S	Emma.L	Emma.L		Mina.N	
	16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30	close		close	
	Pilates Cardio	Pre Basic 🌿	Body Balance				
	Yui.S	Ayumu.T	Sakura.N				
	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00				
Basic 🌿	Reset Flow	Waist 🌿					
Emma.L	Sakura.N	Ayumu.T					
17:30 ~ 18:30	19:30 ~ 20:30	close	19:30 ~ 20:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30
Release&Strength	Waist 🌿		Basic 🌿	Basic 🌿	Pilates Cardio	Back & Arm 🌿	Beauty Conditioning 🌿
Ayumu.T	Yui.S		Emma.L	Emma.L	Yui.S	Mina.N	Mina.N
19:00 ~ 20:00	close		close	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00
Reset Flow				Waist 🌿	Hip Punch	Release&Strength	Basic 🌿
Sakura.N				Yui.S	Mina.N	Ayumu.T	Emma.L
20:30 ~ 21:30				20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30
Pilates Workout				Pilates Cardio	Waist 🌿	Hip Punch	jump to burn
Sakura.N	Yui.S		Yui.S	Mina.N	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		【 10/17 ~ 10/24 】 スケジュール						2026/09/14 更新	
10/17	10/18	10/19	10/20	10/21	10/22	10/23	10/24		
土	日	月	火	水	木	金	土		
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		
Hip & Leg 🌿	Pilates Cardio	Waist 🌿	Basic 🌿	Hip Punch	Style up Pilates	jump to burn	Pilates Cardio		
Yuino.K	Yui.S	Yui.S	Emma.L	Mina.N	Sakura.N	Mina.N	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		
Reset Flow	Style up Pilates	jump to burn	Pilates Cardio	Basic 🌿	Beauty Conditioning 🌿	Shape up waist	Hip & Leg 🌿		
Sakura.N	Sakura.N	Mina.N	Yui.S	Emma.L	Mina.N	Yui.S	Emma.L		
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		
Waist 🌿	Back & Spine	Shape up waist	Basic 🌿	Back & Arm 🌿	Back & Spine	Hip & Leg 🌿	Body Balance		
Yuino.K	Sakura.N	Yui.S	Emma.L	Mina.N	Sakura.N	Mina.N	Ayumu.T		
15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	close	15:00 ~ 16:00	close	15:00 ~ 16:00	close	15:00 ~ 16:00		
jump to burn	Hip & Leg 🌿		Body Balance		Hip Punch		Shape up waist		
Sakura.N	Mina.N		Ayumu.T		Mina.N		Yui.S		
16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30		close		close		close	close	16:30 ~ 17:30
Hip & Leg 🌿	Hip Punch								Pre Basic 🌿
Yuino.K	Mina.N								Ayumu.T
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		Basic 🌿					
Pilates Workout	Shape up waist		Emma.L						
Sakura.N	Yui.S								
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	19:30 ~ 20:30		
Basic 🌿		Body Balance	Waist 🌿	Style up Pilates	Basic 🌿	Pilates Cardio	Release&Strength		
Emma.L		Ayumu.T	Yui.S	Sakura.N	Emma.L	Yui.S	Ayumu.T		
close		19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	close		
		Beauty Conditioning 🌿	Shape up waist	Pilates Cardio	Hip & Leg 🌿	Style up Pilates			
		Mina.N	Yui.S	Yui.S	Emma.L	Sakura.N			
		20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30			
	Pre Basic 🌿	Release&Strength	Basic 🌿	Reset Flow	Back & Spine				
	Ayumu.T	Ayumu.T	Ayumu.T	Sakura.N	Sakura.N				

pilatesK 仙台店		【 10/25 ~ 10/31 】 スケジュール						
10/25	10/26	10/27	10/28	10/29	10/30	10/31		
日	月	火	水	木	金	土		
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		
Shape up waist		Reset Flow	Hip & Leg 🍃	Pilates Cardio	Back & Arm 🍃	Beauty Conditioning 🍃		
Yui.S		Sakura.N	Emma.L	Yui.S	Mina.N	Mina.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		
Pre Basic 🍃		Body Balance	Style up Pilates	Pre Basic 🍃	Waist 🍃	Waist 🍃		
Ayumu.T		Ayumu.T	Sakura.N	Ayumu.T	Ayumu.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		
Pilates Cardio		Pilates Workout	Shape up waist	Basic 🍃	Hip Punch	Style up Pilates		
Yui.S		Sakura.N	Sakura.N	Yui.S	Mina.N	Sakura.N		
15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00	close	15:00 ~ 16:00	close	15:00 ~ 16:00		
Basic 🍃		Release&Strength		Waist 🍃		jump to burn		
Emma.L		Ayumu.T		Ayumu.T		Mina.N		
16:30 ~ 17:30		close		close		close	16:30 ~ 17:30	
Waist 🍃			Shape up waist					
Ayumu.T	Yui.S							
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00							
Hip & Leg 🍃	close	close	close	close	Back & Spine			
Emma.L					Sakura.N			
17:30 ~ 18:30					17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	19:30 ~ 20:30
Back & Arm 🍃					jump to burn	Basic 🍃	Hip & Leg 🍃	Pilates Cardio
Mina.N					Mina.N	Emma.L	Emma.L	Yui.S
19:00 ~ 20:00					19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	close
Back & Spine	Basic 🍃	Shape up waist	Body Balance					
Sakura.N	Emma.L	Yui.S	Ayumu.T					
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30					
Hip Punch	Back & Arm 🍃	Hip & Leg 🍃	Basic 🍃					
Mina.N	Mina.N	Emma.L	Emma.L					

🍃 : 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。