

pilatesK 仙台店		【 08/01 ~ 08/08 】 スケジュール						2026/07/28 更新	
08/01	08/02	08/03	08/04	08/05	08/06	08/07	08/08		
土	日	月	火	水	木	金	土		
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 & Spine	Basic👉		Hip & Leg👈	Back & Spine	Pilates Barre	jump to burn	Basic👈		
Sakura.N	Ayumu.T		Hina.E	Sakura.N	Yui.S	Sakura.N	Naruha.K		
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		
Body Balance	Shape up waist		Basic👈	Pilates Barre	Hip & Leg👈	Body Balance	Hip & Leg👈		
Sakura.N	Yui.S		Naruha.K	Hina.E	Hina.E	Sakura.N	Hina.E		
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		
Pilates Barre	Waist👈		Pilates Barre	Reset Flow	Pilates Cardio	Shape up waist	Release&Strength		
Yui.S	Yui.S		Hina.E	Sakura.N	Yui.S	Yui.S	Ayumu.T		
15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00	CLOSE	15:00 ~ 16:00	CLOSE	15:00 ~ 16:00		
jump to burn	Release&Strength		Back & Arm👈		Waist👈		Reset Flow		
Sakura.N	Ayumu.T		Naruha.K		Hina.E		Sakura.N		
16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30		CLOSE		CLOSE		16:30 ~ 17:30		
Pilates Cardio	Waist👈						Waist👈		
Yui.S	Hina.E						Hina.E		
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00						18:00 ~ 19:00		
Pre Basic👈	Pilates Barre						Pilates Workout		
Ayumu.T	Hina.E						Sakura.N		
19:30 ~ 20:30	CLOSE		17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	19:30 ~ 20:30		
Shape up waist			Reset Flow	Release&Strength	Basic👈	Pilates Barre	Pre Basic👈		
Yui.S			Sakura.N	Ayumu.T	Naruha.K	Yui.S	Ayumu.T		
CLOSE			19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	CLOSE		
			Pilates Cardio	Basic👈	Release&Strength	Hip & Leg👈			
			Yui.S	Naruha.K	Ayumu.T	Hina.E			
			20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30			
	Back & Spine	Waist👈	Back & Arm👈	Pre Basic👈					
	Sakura.N	Ayumu.T	Naruha.K	Ayumu.T					

pilatesK 仙台店		【 08/09 ~ 08/16 】 スケジュール						
08/09	08/10	08/11	08/12	08/13	08/14	08/15	08/16	
日	月	火	水	木	金	土	日	
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 🌿	Release&Strength	Reset Flow	Pre Basic 🌿	Back & Arm 🌿	Shape up waist	jump to burn	Reset Flow	
Kanna.A	Ayumu.T	Sakura.N	Ayumu.T	Naruha.K	Yui.S	Satomi.K	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	
Pilates Cardio	Basic 🌿	Waist 🌿	Hip & Leg 🌿	jump to burn	Back & Arm 🌿	Basic 🌿	Release&Strength	
Yui.S	Naruha.K	Ayumu.T	Sakura.N	Satomi.K	Naruha.K	Naruha.K	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 🌿	Waist 🌿	Pilates Workout	Release&Strength	Basic 🌿	Pilates Barre	Waist 🌿	jump to burn	
Naruha.K	Ayumu.T	Meiko.N	Ayumu.T	Naruha.K	Yui.S	Ayumu.T	Satomi.K	
15:00 ~ 16:00	CLOSE	15:00 ~ 16:00	CLOSE	15:00 ~ 16:00	CLOSE	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	
Beauty Conditioning 🌿		Pre Basic 🌿		Release&Strength		Shape up waist	Pilates Workout	
Kanna.A		Ayumu.T		Satomi.K		Satomi.K	Sakura.N	
16:30 ~ 17:30		16:30 ~ 17:30		CLOSE		16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30	
Shape up waist		Hip & Leg 🌿				Back & Arm 🌿	Basic 🌿	
Yui.S		Meiko.N				Naruha.K	Ayumu.T	
18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
Basic 🌿	Body Balance	Pre Basic 🌿	Waist 🌿					
Naruha.K	Sakura.N	Ayumu.T	Satomi.K					
CLOSE	17:30 ~ 18:30	19:30 ~ 20:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	19:30 ~ 20:30	CLOSE	
	Pilates Cardio	Shape up waist	jump to burn	Reset Flow	Basic 🌿	Release&Strength		
	Yui.S	Meiko.N	Satomi.K	Sakura.N	Naruha.K	Satomi.K		
	19:00 ~ 20:00	CLOSE	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	CLOSE		
	Back & Arm 🌿		Shape up waist	Pilates Barre	Reset Flow			
	Naruha.K		Yui.S	Yui.S	Sakura.N			
	20:30 ~ 21:30		20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30			
Pilates Barre	Back & Arm 🌿	Back & Spine	Hip & Leg 🌿					
Yui.S	Naruha.K	Sakura.N	Sakura.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		【 08/17 ~ 08/24 】 スケジュール						2026/07/28 更新							
08/17		08/18		08/19		08/20		08/21		08/22		08/23		08/24	
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	
jump to burn		Basic 🌱		Reset Flow		Hip & Leg 🌱		Waist 🌱		Back & Arm 🌱		Pre Basic 🌱		Beauty Conditioning 🌱	
Satomi.K		Naruha.K		Sakura.N		Sakura.N		Ayumu.T		Naruha.K		Ayumu.T		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	
Waist 🌱		Pilates Cardio		Back & Arm 🌱		Release&Strength		Basic 🌱		Pilates Barre		Hip & Leg 🌱		Pilates Workout	
Ayumu.T		Yui.S		Naruha.K		Ayumu.T		未定		Yui.S		Mina.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		13:30 ~ 14:30	
Shape up waist		Back & Arm 🌱		Body Balance		Back & Spine		Pilates Cardio		Reset Flow		Basic 🌱		jump to burn	
Satomi.K		Naruha.K		Sakura.N		Sakura.N		Yui.S		Sakura.N		未定		Mina.N	
CLOSE	15:00 ~ 16:00		CLOSE	15:00 ~ 16:00		CLOSE	15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00		CLOSE		
	Pilates Barre			Back & Arm 🌱			Pilates Cardio		Release&Strength						
	Yui.S			Naruha.K			Yui.S		Ayumu.T						
	CLOSE			CLOSE			16:30 ~ 17:30		16:30 ~ 17:30						
							Body Balance		Basic 🌱						
							Sakura.N		未定						
							18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00						
							Back & Spine		jump to burn						
Sakura.N		Mina.N													
17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30		19:30 ~ 20:30				17:30 ~ 18:30			
Back & Spine		Waist 🌱		Pilates Barre		Back & Arm 🌱		Release&Strength		Basic 🌱				Pre Basic 🌱	
Sakura.N		Ayumu.T		Yui.S		Naruha.K		Ayumu.T		未定		Ayumu.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 🌱		Release&Strength		Back & Spine		Waist 🌱		Basic 🌱				Reset Flow			
Naruha.K		Liina.S		Sakura.N		Ayumu.T		未定				Sakura.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			
Reset Flow		Pre Basic 🌱		Pilates Cardio		Basic 🌱		Shape up waist				Back & Spine			
Sakura.N		Liina.S		Yui.S		Naruha.K		Yui.S				Sakura.N			

pilatesK 仙台店		【 08/25 ~ 08/31 】		スケジュール		
08/25	08/26	08/27	08/28	08/29	08/30	08/31
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
Pre Basic 🌱	Back & Spine	Pilates Cardio	Reset Flow	Shape up waist	Basic 🌱	jump to burn
Ayumu.T	Sakura.N	Yui.S	Sakura.N	Yui.S	未定	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
Hip & Leg 🌱	Release&Strength	Beauty Conditioning 🌱	Waist 🌱	Basic 🌱	Shape up waist	Basic 🌱
Mina.N	Ayumu.T	Mina.N	Ayumu.T	未定	Yui.S	未定
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 🌱	Reset Flow	Shape up waist	Pre Basic 🌱	Pilates Cardio	Beauty Conditioning 🌱	Hip & Leg 🌱
Ayumu.T	Sakura.N	Yui.S	Ayumu.T	Yui.S	Mina.N	Mina.N
15:00 ~ 16:00	CLOSE	15:00 ~ 16:00	CLOSE	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	CLOSE
jump to burn		Basic 🌱		Back & Arm 🌱	Basic 🌱	
Mina.N		Naruha.K		Naruha.K	未定	
CLOSE		CLOSE		16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30	
				Release&Strength	Pilates Cardio	
				Ayumu.T	Yui.S	
				18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
	Basic 🌱	Hip & Leg 🌱				
	Naruha.K	Mina.N				
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
Shape up waist	jump to burn	Hip & Leg 🌱	Body Balance	Waist 🌱		Pilates Barre
Yui.S	Mina.N	Mina.N	Sakura.N	Ayumu.T		Yui.S
19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	CLOSE		19:00 ~ 20:00
Beauty Conditioning 🌱	Pilates Cardio	jump to burn	Back & Arm 🌱			Pilates Workout
Mina.N	Yui.S	Mina.N	Naruha.K			Sakura.N
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30			20:30 ~ 21:30
Pilates Barre	Basic 🌱	Back & Arm 🌱	Release&Strength		Shape up waist	
Yui.S	Naruha.K	Naruha.K	Ayumu.T		Yui.S	

🌱 : 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。