

pilatesK 仙台店		【 08/01 ~ 08/08 】		スケジュール		2026/08/19 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	Hina.E		
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		Sakura.N	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		Basic		Waist		Reset Flow		
Sakura.N	Ayumu.T		Yui.S		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						Ayumu.T		
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	Hina.E	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	Sakura.N	Ayumu.T	Hina.E			
			20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30			
	Back & Spine	Waist	Basic	Pre Basic					
	Sakura.N	Ayumu.T	Ayumu.T	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		Satomi.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		Basic 🍌		Basic 🍌		Release&Strength	
Yui.S		Naruha.K		Ayumu.T		Sakura.N		Satomi.K		Naruha.K		Satomi.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	
Kanna.A		Ayumu.T		Sakura.N		Ayumu.T		Yu.		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								Shiori.H		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		ami.k		Satomi.K			
		19:00 ~ 20:00		CLOSE		19:00 ~ 20:00		19:00 ~ 20:00		19:00 ~ 20:00		19:00 ~ 20:00			
		Basic 🍌				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				Basic 🍌		Back & Spine		Hip & Leg 🍌							
Yui.S				Satomi.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						2026/08/19 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👉		Basic👉		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		Basic👉		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		Basic👉		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		CLOSE	
		Pilates Barre				Back & Arm👉				Pilates Cardio		Release&Strength			
		Yui.S				Sakura.N				Yui.S		Ayumu.T			
		CLOSE				16:30 ~ 17:30				16:30 ~ 17:30		16:30 ~ 17:30			
						Body Balance				Basic👉					
						Sakura.N				未定					
						18:00 ~ 19:00				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		17:30 ~ 18:30		19:30 ~ 20:30				17:30 ~ 18:30	
Back & Spine		Waist👉		Pilates Barre		Basic👉		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		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	
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。