

pilatesK 仙台店		【 09/01 ~ 09/08 】 スケジュール						2026/09/09 更新
09/01	09/02	09/03	09/04	09/05	09/06	09/07	09/08	
火	水	木	金	土	日	月	火	
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 🌱	Reset Flow		Pilates Cardio	Back & Arm 🌱	Basic 🌱		Shape up waist	
Ayumu.T	Sakura.N		Yui.S	Liina.S	Emma.L		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	
Back & Spine	Waist 🌱		Basic 🌱	Style up Pilates	Waist 🌱		Back & Arm 🌱	
Sakura.N	Ayumu.T		Emma.L	Sakura.N	Ayumu.T		Kanna.A	
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	
Release&Strength	Basic 🌱		Shape up waist	jump to burn	Hip & Leg 🌱		Pilates Cardio	
Ayumu.T	Emma.L		Yui.S	Mina.N	Mina.N		Yui.S	
15:00 ~ 16:00				15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00	
Pilates Cardio				Basic 🌱	Release&Strength		Body Balance	
Yui.S				Sakura.N	Ayumu.T		Sakura.N	
	CLOSE	CLOSE	CLOSE	16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30			
				Beauty Conditioning 🌱	jump to burn			
				Mina.N	Mina.N			
				18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			
				Reset Flow	Basic 🌱			
				Sakura.N	Emma.L			
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30	19:30 ~ 20:30			17:30 ~ 18:30	
Hip & Leg 🌱	Shape up waist		Basic 🌱	Hip & Leg 🌱			Back & Arm 🌱	
Mina.N	Yui.S		Ayumu.T	Mina.N			Liina.S	
19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00		19:00 ~ 20:00				19:00 ~ 20:00	
Pilates Barre	Beauty Conditioning 🌱		Back & Arm 🌱				Style up Pilates	
Yui.S	Mina.N		Emma.L				Sakura.N	
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30		20:30 ~ 21:30				20:30 ~ 21:30	
jump to burn	Back & Arm 🌱		Waist 🌱				Basic 🌱	
Mina.N	Mina.N		Ayumu.T				Emma.L	

pilatesK 仙台店		【 09/09 ~ 09/16 】 スケジュール					
09/09	09/10	09/11	09/12	09/13	09/14	09/15	09/16
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	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Back & Arm 🌱	Beauty Conditioning 🌱	Body Balance	Beauty Conditioning 🌱	Release&Strength	Back & Spine	Reset Flow	Basic 🌱
Mina.N	Mina.N	Sakura.N	Mina.N	Ayumu.T	Sakura.N	Sakura.N	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
jump to burn	Shape up waist	Hip & Leg 🌱	Reset Flow	Shape up waist	Basic 🌱	Waist 🌱	Body Balance
Mina.N	Yui.S	Mina.N	Sakura.N	Yui.S	Emma.L	Yu.	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
Pilates Barre	Hip & Leg 🌱	Style up Pilates	Waist 🌱	Basic 🌱	Hip Punch	Style up Pilates	Pre Basic 🌱
Yui.S	Mina.N	Sakura.N	Yui.S	Emma.L	Rico	Sakura.N	Ayumu.T
	15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00	
	Basic 🌱		Back & Arm 🌱	Waist 🌱		Basic 🌱	
	Emma.L		Mina.N	Ayumu.T		Emma.L	
			16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30			
			Pilates Cardio	Pilates Barre			
			Yui.S	Yui.S			
			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			
			Style up Pilates	Pre Basic 🌱			
			Sakura.N	Ayumu.T			
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	19:30 ~ 20:30		17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30
Basic 🌱	Release&Strength	Pre Basic 🌱	Shape up waist		Shape up waist	Hip Punch	Back & Arm 🌱
Emma.L	Ayumu.T	Ayumu.T	Yui.S		Yui.S	Yu.	Mina.N
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 🌱	Basic 🌱	jump to burn			Pilates Cardio	Release&Strength	Hip & Leg 🌱
Ayumu.T	Emma.L	Mina.N			Yui.S	Ayumu.T	Mina.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
Back & Spine	Waist 🌱	Release&Strength			Basic 🌱	Hip & Leg 🌱	Shape up waist
Sakura.N	Ayumu.T	Ayumu.T			Emma.L	Mina.N	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。

pilatesK 仙台店		【 09/17 ~ 09/24 】 スケジュール						2026/09/09 更新
09/17	09/18	09/19	09/20	09/21	09/22	09/23	09/24	
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	
Waist 🌿	Back & Arm 🌿	Basic 🌿	jump to burn	Pilates Barre	Release&Strength	Style up Pilates	Back & Arm 🌿	
Yui.S	Naruha.K	Emma.L	Mina.N	Yui.S	Ayumu.T	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	12:00 ~ 13:00	
Hip & Leg 🌿	Pilates Cardio	Hip & Leg 🌿	Pilates Barre	Back & Arm 🌿	Basic 🌿	Pre Basic 🌿	Release&Strength	
Mina.N	Yui.S	Mina.N	Yui.S	Sakura.N	Emma.L	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	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	
Pilates Cardio	Shape up waist	Basic 🌿	Hip & Leg 🌿	Body Balance	Pilates Barre	Back & Spine	Basic 🌿	
Yui.S	Yui.S	Emma.L	Mina.N	Sakura.N	Yui.S	Sakura.N	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	15:00 ~ 16:00	
Back & Arm 🌿		Reset Flow	Pilates Cardio	Basic 🌿	Shape up waist	Release&Strength	Waist 🌿	
Kanna.A		Sakura.N	Yui.S	Yui.S	Yui.S	Ayumu.T	Yui.S	
CLOSE		16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30	CLOSE
		Beauty Conditioning 🌿	Back & Arm 🌿	Back & Spine	Waist 🌿	Basic 🌿		
		Mina.N	Mina.N	Sakura.N	Ayumu.T	Emma.L		
		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
	Waist 🌿	Basic 🌿	Shape up waist	Pilates Cardio	Body Balance			
	Sakura.N	Emma.L	Yui.S	Yui.S	Sakura.N			
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	19:30 ~ 20:30	CLOSE	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	17:30 ~ 18:30	
Beauty Conditioning 🌿	Pilates Barre	Style up Pilates		Body Balance	Basic 🌿	Waist 🌿	Shape up waist	
Mina.N	Yui.S	Sakura.N		Sakura.N	Emma.L	Ayumu.T	Yui.S	
19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	CLOSE		CLOSE	CLOSE	CLOSE	19:00 ~ 20:00	
Basic 🌿	Back & Spine						Body Balance	
Kanna.A	Sakura.N						Yu.	
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30						20:30 ~ 21:30	
jump to burn	Style up Pilates	Pilates Cardio						
Mina.N	Sakura.N	Yui.S						

pilatesK 仙台店		【 09/25 ~ 09/30 】 スケジュール				
09/25		09/26	09/27	09/28	09/29	09/30
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	10:30 ~ 11:30
Basic 🌿		Body Balance	Pre Basic 🌿	jump to burn	Hip & Leg 🌿	Hip Punch
Emma.L		Sakura.N	Ayumu.T	Mina.N	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
Pilates Barre		Hip Punch	Back & Spine	Pre Basic 🌿	jump to burn	Basic 🌿
Yui.S		Mina.N	Sakura.N	Ayumu.T	Mina.N	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
Waist 🌿		Basic 🌿	Style up Pilates	Hip Punch	Basic 🌿	Beauty Conditioning 🌿
Yui.S		Emma.L	Sakura.N	Mina.N	Emma.L	Mina.N
CLOSE	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	CLOSE	15:00 ~ 16:00	CLOSE	
	Back & Spine	Back & Arm 🌿		Body Balance		
	Sakura.N	Sakura.N		Ayumu.T		
	16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30		CLOSE		
	Hip & Leg 🌿	Release&Strength				
	Mina.N	Ayumu.T				
	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		CLOSE		
Basic 🌿	Basic 🌿					
Emma.L	未定					
17:30 ~ 18:30		19:30 ~ 20:30	CLOSE	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30
Beauty Conditioning 🌿		Reset Flow		Basic 🌿	Body Balance	Back & Spine
Mina.N		Sakura.N		Emma.L	Ayumu.T	Sakura.N
19:00 ~ 20:00		CLOSE		19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00	19:00 ~ 20:00
Hip Punch				Waist 🌿	Pilates Cardio	Shape up waist
Mina.N				Ayumu.T	Yui.S	Yui.S
20:30 ~ 21:30				20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30
Basic 🌿		Release&Strength	Pilates Barre	Pre Basic 🌿		
Emma.L		Ayumu.T	Yui.S	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。