

pilatesK 仙台店		【 10/01 ~ 10/08 】 スケジュール						2026/09/15 更新							
10/01		10/02		10/03		10/04		10/05		10/06		10/07		10/08	
木		金		土		日		月		火		close		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	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30				
Back & Arm 🌱	Pilates Cardio		Basic 🌱		Waist 🌱		Reset Flow		Basic 🌱		jump to burn				
Mina.N	Yui.S		Emma.L		Ayumu.T		Sakura.N		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	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00				
Style up Pilates	Beauty Conditioning 🌱		Pilates Workout		Hip Punch		Basic 🌱		Style up Pilates		Hip & Leg 🌱				
Sakura.N	ami.k		Sakura.N		Mina.N		Emma.L		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	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 🌱		Back & Spine		Pilates Cardio		Hip Punch		Basic 🌱		
Mina.N	Yui.S		Ayumu.T		Ayumu.T		Sakura.N		Yui.S		Mina.N		Emma.L		
15:00 ~ 16:00	close		15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00		close		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		17:30 ~ 18:30	
Pilates Cardio		Hip & Leg 🌱		Body Balance		close		Waist 🌱		Shape up waist		Style up Pilates		Hip Punch	
Yui.S		Sakura.N		Ayumu.T				Yui.S		Yui.S		Sakura.N		Mina.N	
19:00 ~ 20:00		19:00 ~ 20:00		close				19:00 ~ 20:00		close		19:30 ~ 20:30		19:00 ~ 20:00	
Hip Punch		Body Balance						Back & Arm 🌱				jump to burn		Pre Basic 🌱	
Mina.N		ami.k						Sakura.N				Mina.N		Ayumu.T	
20:30 ~ 21:30		20:30 ~ 21:30						20:30 ~ 21:30				21:00 ~ 22:00		20:30 ~ 21:30	
Waist 🌱		Style up Pilates		close		Shape up waist		close		Basic 🌱		Body Balance			
Yui.S		Sakura.N				Yui.S				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							
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						2026/09/15 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
Pilates Workout	Shape up waist	Basic 🌿							
Sakura.N	Yui.S	Emma.L							
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
Waist 🌿			Shape up waist			
Ayumu.T	Yui.S					
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00					
Hip & Leg 🌿					Back & Spine	
Emma.L					Sakura.N	
close		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。