

pilatesK 仙台店		【 10/01 ~ 10/08 】 スケジュール						2026/10/10 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 🌿		Basic 🌿		Reset Flow		Basic 🌿		jump to burn						
Mina.N	Yui.S		Emma.L		Emma.L		Sakura.N		Sakura.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	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 🌿		MIZUKI.t			
Sakura.N	ami.k		Sakura.N		Mina.N		Emma.L		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	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		Body Balance		Basic 🌿		Back & Spine		Pilates Cardio		Hip Punch		Basic 🌿				
Mina.N	Yui.S		Sakura.N		Emma.L		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 🌿				Back & Arm 🌿		Body Balance		Hip & Leg 🌿				
Sakura.N			Emma.L		Mina.N				Mina.N		Sakura.N		MIZUKI.t				
			16:30 ~ 17:30		16:30 ~ 17:30												
			Waist 🌿		Basic 🌿												
			Sakura.N		Emma.L												
			18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00												
		Style up Pilates		jump to burn													
		Sakura.N		Mina.N													
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	19:30 ~ 20:30		close		17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30		18:00 ~ 19:00		17:30 ~ 18:30					
Pilates Cardio	Hip & Leg 🌿		Body Balance			Waist 🌿		Shape up waist		Style up Pilates		Hip Punch					
Yui.S	Sakura.N		MIZUKI.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		Basic 🌿					
Mina.N	ami.k					Sakura.N				Mina.N		Emma.L					
20:30 ~ 21:30	20:30 ~ 21:30									20:30 ~ 21:30		21:00 ~ 22:00		20:30 ~ 21:30			
Waist 🌿	Style up Pilates				Shape up waist				Basic 🌿		Beauty Conditioning 🌿						
Yui.S	Sakura.N				Yui.S				Emma.L		Mina.N						

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	Waist 🌿	Style up Pilates	Back & Spine	Beauty Conditioning 🌿	Hip & Leg 🌿	Body Balance	Basic 🌿
Yui.S	Yui.S	Sakura.N	Sakura.N	Mina.N	mizuho.S	Kanna.A	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 🌿	Pilates Barre	Basic 🌿	Shape up waist	jump to burn	Basic 🌿	Body Balance
Emma.L	Emma.L	Yui.S	Emma.L	Yui.S	Mina.N	Emma.L	Riri
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 🌿	Beauty Conditioning 🌿	Waist 🌿	Pre Basic 🌿
Mina.N	Yui.S	Sakura.N	Sakura.N	Mina.N	Mina.N	Kanna.A	Riri
close	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	close	15:00 ~ 16:00	close
	Basic 🌿	Shape up waist	Basic 🌿	Basic 🌿		Hip & Leg 🌿	
	Emma.L	Yui.S	Emma.L	Emma.L		mizuho.S	
	16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30	close		close	
	Pilates Cardio	Basic 🌿	Body Balance				
	Yui.S	Yui.S	Sakura.N				
	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00				
Basic 🌿	Reset Flow	Waist 🌿					
Emma.L	Sakura.N	Sakura.N					
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
Beauty Conditioning 🌿	Waist 🌿		Basic 🌿	Basic 🌿	Pilates Cardio	Back & Arm 🌿	Beauty Conditioning 🌿
Mina.N	mizuki.o		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	Hip & Leg 🌿	Basic 🌿
Sakura.N				Yui.S	Mina.N	mizuho.S	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						2026/10/10 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		Riri					
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				Riri				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																Riri	
18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		close				close				close						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				Riri		Yui.S		Sakura.N		Emma.L		Yui.S		Riri					
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							
		Riri		Riri		Riri		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	Hip & Leg 🌿	Waist 🌿	Waist 🌿		
Riri		Riri	Sakura.N	Emma.L	Riri	Riri		
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		Riri		Emma.L		Mina.N		
16:30 ~ 17:30		close		close		close	16:30 ~ 17:30	
Waist 🌿			Shape up waist					
Riri	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	Sakura.N	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	Riri					
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	Sakura.N	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時間前迄を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。