

pilatesK 亀有店		【 02/01 ~ 02/08 】 スケジュール						2026/01/14 更新				
02/01	02/02	02/03	02/04	02/05	02/06	02/07	02/08					
日	月	火	水	木	金	土	日					
10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30					
Pilates Barre		Waist 🌿	Hip & Leg 🌿		Release&Strength	Leg Lines	Basic 🌿					
JUKA.W		MOMOKA.I	Sayoko.k		Kanoka	Kanoka	MOMOKA.I					
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30					
Basic 🌿		jump to burn	Waist 🌿		Back & Arm 🌿	Pilates Cardio	Shape up waist					
Sayoko.k		AI.Y	MOMOKA.I		Sayoko.k	AI.Y	AI.Y					
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30					
Back & Arm 🌿		Basic 🌿	Body Balance		Leg Lines	Hip & Leg 🌿	Waist 🌿					
JUKA.W		MOMOKA.I	Sayoko.k		Kanoka	JUKA.W	MOMOKA.I					
close		close	close		close	close	15:00 ~ 16:00	close				
16:30 ~ 17:30							Pilates Barre					
Body Balance							Kanoka					
Sayoko.k							16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30				
close							Basic 🌿	jump to burn				
							AI.Y	AI.Y				
							close	close				
							18:00 ~ 19:00					
							Hip & Leg 🌿		Pilates Barre	Stretch & Conditioning 🌿	jump to burn	Back & Arm 🌿
							JUKA.W		JUKA.W	AI.Y	AI.Y	JUKA.W
		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	close					
	Shape up waist	Basic 🌿	Back & Arm 🌿	Basic 🌿								
	AI.Y	MOMOKA.I	MOMOKA.I	Sayoko.k								
	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00								
Basic 🌿	Release&Strength	Pilates Cardio	Stretch & Conditioning 🌿									
JUKA.W	JUKA.W	AI.Y	AI.Y									

pilatesK 亀有店		【 02/09 ~ 02/16 】 スケジュール									
02/09	02/10	02/11	02/12	02/13	02/14	02/15	02/16				
月	火	水	木	金	土	日	月				
close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close				
	Pilates Cardio	Basic 🍌		Back & Arm 🍌	Shape up waist	Stretch & Conditioning 🍌					
	Ai.Y	MOMOKA.I		JUKA.W	Ai.Y	Ai.Y					
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30					
	Basic 🍌	jump to burn		Leg Lines	Basic 🍌	Hip & Leg 🍌					
	MOMOKA.I	Ai.Y		Kanoka	Sayoko.k	Kanoka					
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30					
	Back & Arm 🍌	Pilates Barre		Hip & Leg 🍌	Release&Strength	Shape up waist					
	MOMOKA.I	Sayoko.k		Kanoka	JUKA.W	Ai.Y					
	close	15:00 ~ 16:00		close	15:00 ~ 16:00	close		15:00 ~ 16:00	close		
		Waist 🍌			Pilates Cardio			close			
		MOMOKA.I			Ai.Y						
		16:30 ~ 17:30			16:30 ~ 17:30			16:30 ~ 17:30			
		Shape up waist			Back & Arm 🍌			Leg Lines			
		Ai.Y			Sayoko.k			Kanoka			
	close	close		close	close	close		close	close		
		18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	
		Body Balance			Back & Arm 🍌			Basic 🍌		Waist 🍌	Hip & Leg 🍌
		Sayoko.k			Sayoko.k			Sayoko.k		MOMOKA.I	JUKA.W
		19:30 ~ 20:30			close			19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	close
		Hip & Leg 🍌						Waist 🍌		Pilates Barre	
		JUKA.W						MOMOKA.I		JUKA.W	
		21:00 ~ 22:00						21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	
	Pilates Barre	Body Balance		Basic 🍌							
	Sayoko.k	Sayoko.k		MOMOKA.I							

🟢：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週間前迄にお願いしております。
 ・レッスン開始時刻1時間前を切った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 亀有店

【 02/17 ~ 02/24 】 スケジュール

2026/01/14 更新

02/17	02/18	02/19	02/20	02/21	02/22	02/23	02/24		
火	水	木	金	土	日	月	火		
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30		
Waist 🏃	Back & Arm 🏃		Basic 🏃	Release&Strength	Hip & Leg 🏃		Basic 🏃		
MOMOKA.I	MOMOKA.I		Ai.Y	JUKA.W	Sayoko. k		MOMOKA.I		
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00		
Body Balance	Basic 🏃		Pilates Cardio	Back & Arm 🏃	Waist 🏃		jump to burn		
Sayoko. k	MOMOKA.I		Ai.Y	Sayoko. k	JUKA.W		Ai.Y		
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30		
Basic 🏃	Hip & Leg 🏃		Stretch & Conditioning 🏃	Waist 🏃	Body Balance		Waist 🏃		
MOMOKA.I	JUKA.W		未確定	JUKA.W	Sayoko. k		MOMOKA.I		
close	close		close	close	15:00 ~ 16:00		close	close	
					Basic 🏃				
					Sayoko. k				
					16:30 ~ 17:30				16:30 ~ 17:30
					Hip & Leg 🏃				Basic 🏃
				JUKA.W	JUKA.W				
				close					
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close	18:00 ~ 19:00			
Leg Lines	Stretch & Conditioning 🏃	Pilates Cardio	Shape up waist	Pilates Barre		Basic 🏃			
Kanoka	Ai.Y	Ai.Y	Kanoka	Sayoko. k		Sayoko. k			
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	close		19:30 ~ 20:30			
Shape up waist	Basic 🏃	Back & Arm 🏃	Basic 🏃			Stretch & Conditioning 🏃			
Ai.Y	JUKA.W	MOMOKA.I	Sayoko. k			Ai.Y			
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00			
Release&Strength	jump to burn	Basic 🏃	Leg Lines		Hip & Leg 🏃				
Kanoka	Ai.Y	MOMOKA.I	Kanoka		Sayoko. k				

pilatesK 亀有店

【 02/25 ~ 02/28 】 スケジュール

02/25	02/26	02/27	02/28
水	木	金	土
10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Stretch & Conditioning 🏃		Waist 🏃	Back & Arm 🏃
未確定		MOMOKA.I	MOMOKA.I
12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00
Shape up waist		Basic 🏃	Stretch & Conditioning 🏃
AI.Y		JUKA.W	AI.Y
13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30
Basic 🏃		Back & Arm 🏃	Basic 🏃
MOMOKA.I		MOMOKA.I	JUKA.W
close		close	close
	Release&Strength		
	MOMOKA.I		
	16:30 ~ 17:30		
	Waist 🏃		
	JUKA.W		
close	close	close	close
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
Back & Arm 🏃	Basic 🏃	Hip & Leg 🏃	jump to burn
Sayoko. k	AI.Y	Kanoka	AI.Y
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	close
Waist 🏃	Hip & Leg 🏃	Leg Lines	
JUKA.W	Sayoko. k	Kanoka	
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
Release&Strength	Pilates Cardio	Basic 🏃	
JUKA.W	AI.Y	JUKA.W	

🌱 : 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時間前を切った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。