

pilates K 亀有店		【 11/01 ~ 11/08 】		スケジュール		2025/10/16 更新				
11/01	11/02	11/03	11/04	11/05	11/06	11/07	11/08			
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	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30			
Shape up waist	Basic 🍌		Back & Arm 🍌	Release&Strength		Waist 🍌	Basic 🍌			
Ai.Y	airi.m		MOMOKA.I	JUKA.W		MOMOKA.I	airi.m			
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00			
Basic 🍌	Hip & Leg 🍌		Basic 🍌	Back & Arm 🍌		Basic 🍌	Leg Lines			
airi.m	JUKA.W		MOMOKA.I	MOMOKA.I		airi.m	Kanoka			
13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30			
Back & Arm 🍌	Waist 🍌		Release&Strength	Basic 🍌		Back & Arm 🍌	Hip & Leg 🍌			
MOMOKA.I	airi.m		JUKA.W	JUKA.W		MOMOKA.I	JUKA.W			
15:00 ~ 16:00	close		close	close		close	close	15:00 ~ 16:00		
Hip & Leg 🍌								Body Balance		
airi.m								Kanoka		
16:30 ~ 17:30								16:30 ~ 17:30		
jump to burn	Release&Strength		Waist 🍌							
Ai.Y	JUKA.W		airi.m							
close	close		close	close		close	close	close		
18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
Basic 🍌		jump to burn			Hip & Leg 🍌			Leg Lines	Release&Strength	Back & Arm 🍌
MOMOKA.I		Ai.Y			airi.m			Akari	JUKA.W	JUKA.W
close		19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	close
		Waist 🍌			Shape up waist			Basic 🍌	Hip & Leg 🍌	
		JUKA.W			Ai.Y			MOMOKA.I	airi.m	
		21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
	Stretch & Conditioning 🍌	Basic 🍌	Pilates Barre	Basic 🍌						
	Ai.Y	airi.m	Akari	JUKA.W						

pilates K 亀有店		【 11/09 ~ 11/16 】		スケジュール		2025/10/16 更新								
11/09	11/10	11/11	11/12	11/13	11/14	11/15	11/16							
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							
jump to burn		Pilates Barre	Basic 🌿		Hip & Leg 🌿	Waist 🌿	Pilates Barre							
AI.Y		Akari	airi.m		airi.m	airi.m	mana.H							
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30						
Waist 🌿		Back & Arm 🌿	Shape up waist			Waist 🌿	Hip & Leg 🌿	Basic 🌿						
MOMOKA.I		JUKA.W	AI.Y			MOMOKA.I	JUKA.W	airi.m						
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30						
Shape up waist		Leg Lines	Waist 🌿			Basic 🌿	Back & Arm 🌿	Waist 🌿						
AI.Y		Akari	airi.m			airi.m	MOMOKA.I	mana.H						
close		close	close		close	close	close	15:00 ~ 16:00	close					
16:30 ~ 17:30								Basic 🌿						
								airi.m						
Basic 🌿								16:30 ~ 17:30		16:30 ~ 17:30				
MOMOKA.I								Release&Strength		Hip & Leg 🌿				
								JUKA.W		airi.m				
								close						
close								18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
								Basic 🌿		jump to burn	Stretch & Conditioning 🌿	Body Balance	Basic 🌿	
								MOMOKA.I		AI.Y	AI.Y	Kanoka	MOMOKA.I	
								19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	close	
								Release&Strength		Basic 🌿	Waist 🌿	Basic 🌿		
								JUKA.W		MOMOKA.I	MOMOKA.I	JUKA.W		
								21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		
								Waist 🌿		Back & Arm 🌿	Shape up waist	Leg Lines		
MOMOKA.I								MOMOKA.I		AI.Y	Kanoka			

：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。

pilates K 亀有店

【 11/17 ~ 11/24 】 スケジュール

2025/10/16 更新

11/17	11/18	11/19	11/20	11/21	11/22	11/23	11/24		
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		
	jump to burn	Waist 🌿		Basic 🌿	Shape up waist	Basic 🌿			
	Ai.Y	MOMOKA.I		airi.m	Ai.Y	JUKA.W			
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30			
	Waist 🌿	Release&Strength		jump to burn	Release&Strength	Pilates Barre			
	MOMOKA.I	JUKA.W		Ai.Y	JUKA.W	Kanoka			
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30			
	Shape up waist	Back & Arm 🌿		Hip & Leg 🌿	Basic 🌿	Back & Arm 🌿			
	Ai.Y	MOMOKA.I		airi.m	airi.m	JUKA.W			
	close	close		close	close	15:00 ~ 16:00		close	
						Stretch & Conditioning 🌿			
						Ai.Y			
						16:30 ~ 17:30			16:30 ~ 17:30
						Back & Arm 🌿			Leg Lines
	JUKA.W	Kanoka		close					
close									
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00				
Back & Arm 🌿	Leg Lines	Waist 🌿	Basic 🌿		jump to burn				
MOMOKA.I	Kanoka	MOMOKA.I	MOMOKA.I		未確定				
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	close				
Hip & Leg 🌿	Stretch & Conditioning 🌿	Pilates Barre	Shape up waist						
airi.m	Ai.Y	mana.H	Ai.Y						
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00						
Basic 🌿	Pilates Cardio	Basic 🌿	Back & Arm 🌿						
airi.m	Kanoka	MOMOKA.I	MOMOKA.I						

pilates K 亀有店

【 11/25 ~ 11/30 】 スケジュール

2025/10/16 更新

11/25	11/26	11/27	11/28	11/29	11/30	
火	水	木	金	土	日	
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
Back & Arm 🏋️	Stretch & Conditioning 🏋️		Leg Lines	Hip & Leg 🏋️	jump to burn	
MOMOKA.I	AI.Y		Kanoka	JUKA.W	AI.Y	
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	
Hip & Leg 🏋️	Basic 🏋️		Back & Arm 🏋️	Shape up waist	Hip & Leg 🏋️	
airi.m	AI.Y		MOMOKA.I	AI.Y	airi.m	
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	
Basic 🏋️	jump to burn		Pilates Cardio	Back & Arm 🏋️	Waist 🏋️	
MOMOKA.I	未確定		Kanoka	MOMOKA.I	MOMOKA.I	
close	close		close	close	15:00 ~ 16:00	close
					jump to burn	
					AI.Y	
					16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30
					Release&Strength	Basic 🏋️
JUKA.W	airi.m		close			
close						
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	close	
Body Balance	Basic 🏋️	Pilates Barre		Shape up waist		
Kanoka	MOMOKA.I	mana.H		AI.Y		
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		
Waist 🏋️	Hip & Leg 🏋️	Basic 🏋️		Waist 🏋️		
airi.m	JUKA.W	airi.m	MOMOKA.I			
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
Leg Lines	Back & Arm 🏋️	Hip & Leg 🏋️	jump to burn			
Kanoka	MOMOKA.I	airi.m	AI.Y			

🌱 : 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。