

pilates K 亀有店		【 06/01 ~ 06/08 】		スケジュール		2025/05/23	更新
06/01	06/02	06/03	06/04	06/05	06/06	06/07	06/08
日	月	火	水	木	金	土	日
10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 airi.m	close	10:30 ~ 11:30 Shape up waist Kanoka	10:30 ~ 11:30 Waist 🍃 未定		10:30 ~ 11:30 Hip & Leg 🍃 Miharu.H	10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 MOMOKA.I	10:30 ~ 11:30 Back & Arm 🍃 Miharu.H
12:30 ~ 13:30 Waist 🍃 Ai.Y		12:00 ~ 13:00 Basic 🍃 airi.m	12:30 ~ 13:30 Back & Arm 🍃 Sayoko.k		12:00 ~ 13:00 Pilates Barre Miharu.H	12:00 ~ 13:00 Shape up waist Kanoka	12:30 ~ 13:30 Basic 🍃 airi.m
14:30 ~ 15:30 Stretch & Conditioning 🍃 Ai.Y		13:30 ~ 14:30 Release&Strength Miharu.H			13:30 ~ 14:30 Waist 🍃 未定	13:30 ~ 14:30 Waist 🍃 未定	14:30 ~ 15:30 Pilates Cardio Miharu.H
						15:00 ~ 16:00 Release&Strength Kanoka	
16:30 ~ 17:30 Basic 🍃 MOMOKA.I							16:30 ~ 17:30 Waist 🍃 未定
						17:30 ~ 18:30 Basic 🍃 airi.m	
		18:00 ~ 19:00 Pilates Barre Miharu.H	18:00 ~ 19:00 Basic 🍃 airi.m	18:00 ~ 19:00 Back & Arm 🍃 Sayoko.k	18:00 ~ 19:00 jump to burn Kanoka		
		19:30 ~ 20:30 Basic 🍃 MOMOKA.I	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg 🍃 Kanoka	19:30 ~ 20:30 Release&Strength Miharu.H	19:30 ~ 20:30 Back & Arm 🍃 Sayoko.k		
		21:00 ~ 22:00 Hip & Leg 🍃 Kanoka	21:00 ~ 22:00 Pilates Cardio Miharu.H	21:00 ~ 22:00 Basic 🍃 Ai.Y	21:00 ~ 22:00 Basic 🍃 airi.m		

pilates K 亀有店		【 06/09 ~ 06/16 】		スケジュール		2025/05/23	更新
06/09	06/10	06/11	06/12	06/13	06/14	06/15	06/16
月	火	水	木	金	土	日	月
close	10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 MOMOKA.I	10:30 ~ 11:30 Waist 🍃 Ai.Y		10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 Ai.Y	10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio Miharu.H	10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 Ai.Y	close
	12:00 ~ 13:00 Pilates Cardio Miharu.H	12:30 ~ 13:30 Basic 🍃 airi.m		12:00 ~ 13:00 jump to burn Kanoka	12:00 ~ 13:00 Basic 🍃 Sayoko.k	12:30 ~ 13:30 jump to burn Kanoka	
	13:30 ~ 14:30 Back & Arm 🍃 Sayoko.K			13:30 ~ 14:30 Waist 🍃 Ai.Y	13:30 ~ 14:30 Hip & Leg 🍃 Miharu.H	14:30 ~ 15:30 Waist 🍃 未定	
					15:00 ~ 16:00 Pilates Barre Miharu.H		
						16:30 ~ 17:30 Shape up waist Kanoka	
					17:30 ~ 18:30 Back & Arm 🍃 Sayoko.k		
	18:00 ~ 19:00 Basic 🍃 airi.m	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg 🍃 Miharu.H	18:00 ~ 19:00 Basic 🍃 MOMOKA.I	18:00 ~ 19:00 Release&Strength Miharu.H			
	19:30 ~ 20:30 Waist 🍃 Ai.Y	19:30 ~ 20:30 Pilates Barre Miharu.H	19:30 ~ 20:30 jump to burn Kanoka	19:30 ~ 20:30 Basic 🍃 MOMOKA.I			
	21:00 ~ 22:00 Stretch & Conditioning 🍃 Ai.Y	21:00 ~ 22:00 Basic 🍃 MOMOKA.I	21:00 ~ 22:00 Waist 🍃 Ai.Y	21:00 ~ 22:00 Back & Arm 🍃 Miharu.H			

🍃：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		【 06/17 ~ 06/24 】		スケジュール		2025/05/23	更新
06/17	06/18	06/19	06/20	06/21	06/22	06/23	06/24
火	水	木	金	土	日	月	火
10:30 ~ 11:30 Waist 🍃 未定	10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 MOMOKA.I		10:30 ~ 11:30 Pilates Barre Kanoka	10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 Ai.Y	10:30 ~ 11:30 Shape up waist 未定	close	10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 Ai.Y
12:00 ~ 13:00 Basic 🍃 MOMOKA.I	12:30 ~ 13:30 Waist 🍃 Ai.Y		12:00 ~ 13:00 Back & Arm 🍃 Sayoko.k	12:00 ~ 13:00 Stretch & Conditioning 🍃 Ai.Y	12:30 ~ 13:30 Back & Arm 🍃 Sayoko.k		12:00 ~ 13:00 Pilates Barre Kanoka
13:30 ~ 14:30 jump to burn Kanoka			13:30 ~ 14:30 Shape up waist Kanoka	13:30 ~ 14:30 Pilates Barre Kanoka	14:30 ~ 15:30 Hip & Leg 🍃 Miharu.H		13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning 🍃 Ai.Y
				15:00 ~ 16:00 Hip & Leg 🍃 未定			
					16:30 ~ 17:30 Basic 🍃 Sayoko.k		
				17:30 ~ 18:30 jump to burn Kanoka			
18:00 ~ 19:00 Shape up waist Kanoka	18:00 ~ 19:00 Basic 🍃 Ai.Y	18:00 ~ 19:00 Back & Arm 🍃 Sayoko.k	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg 🍃 Yu.S				18:00 ~ 19:00 Back & Arm 🍃 Sayoko.k
19:30 ~ 20:30 Back & Arm 🍃 Kanoka	19:30 ~ 20:30 Release&Strength Kanoka	19:30 ~ 20:30 Basic 🍃 Ai.Y	19:30 ~ 20:30 Waist 🍃 Ai.Y				19:30 ~ 20:30 Pilates Cardio Kanoka
21:00 ~ 22:00 Basic 🍃 Ai.Y	21:00 ~ 22:00 Back & Arm 🍃 Sayoko.k	21:00 ~ 22:00 Pilates Cardio Miharu.H	21:00 ~ 22:00 Basic 🍃 Yu.S				21:00 ~ 22:00 Waist 🍃 未定

pilates K 亀有店		【 06/25 ~ 06/30 】		スケジュール		2025/05/23	更新
06/25	06/26	06/27	06/28	06/29	06/30	close	
水	木	金	土	日	月		
10:30 ~ 11:30 Shape up waist 未定		10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 Sayoko.k	10:30 ~ 11:30 Shape up waist 未定	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg 🍃 未定			
12:30 ~ 13:30 Basic 🍃 MOMOKA.I		12:00 ~ 13:00 Hip & Leg 🍃 未定	12:00 ~ 13:00 Pilates Barre Miharu.H	12:30 ~ 13:30 Basic 🍃 MOMOKA.I			
		13:30 ~ 14:30 Back & Arm 🍃 Sayoko.k	13:30 ~ 14:30 Basic 🍃 MOMOKA.I	14:30 ~ 15:30 Back & Arm 🍃 Sayoko.k			
			15:00 ~ 16:00 Release&Strength Miharu.H				
				16:30 ~ 17:30 Pilates Cardio Miharu.H			
			17:30 ~ 18:30 Waist 🍃 未定				
18:00 ~ 19:00 jump to burn Kanoka	18:00 ~ 19:00 Hip & Leg 🍃 未定	18:00 ~ 19:00 Shape up waist Kanoka					
19:30 ~ 20:30 Basic 🍃 Ai.Y	19:30 ~ 20:30 Release&Strength Kanoka	19:30 ~ 20:30 Stretch & Conditioning 🍃 Kanoka					
21:00 ~ 22:00 Hip & Leg 🍃 未定	21:00 ~ 22:00 Basic 🍃 MOMOKA.I	21:00 ~ 22:00 Waist 🍃 未定					

🍃：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。