

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

pilates K 亀有店		【 07/09 ~ 07/16 】		スケジュール		2025/06/11 更新	
07/09	07/10	07/11	07/12	07/13	07/14	07/15	07/16
水	木	金	土	日	月	火	水
10:30 ~ 11:30 Pilates Barre Kanoka		10:30 ~ 11:30 Waist 🍃 MOMOKA.I	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg 🍃 Ai.Y	10:30 ~ 11:30 Pilates Barre Kanoka	close	10:30 ~ 11:30 Stretch & Conditioning 🍃 Ai.Y	10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 Ai.Y
12:30 ~ 13:30 Basic 🍃 Sayoko.K		12:00 ~ 13:00 Pilates Cardio Kanoka	12:00 ~ 13:00 Body Balance Kanoka	12:30 ~ 13:30 Basic 🍃 Sayoko.K		12:00 ~ 13:00 Hip & Leg 🍃 Ai.Y	12:30 ~ 13:30 Shape up waist Kanoka
		13:30 ~ 14:30 Stretch & Conditioning 🍃 Kanoka	13:30 ~ 14:30 Basic 🍃 MOMOKA.I	14:30 ~ 15:30 jump to burn Kanoka		13:30 ~ 14:30 Basic 🍃 Sayoko.K	
			15:00 ~ 16:00 Waist 🍃 Ai.Y				
				16:00 ~ 17:00 Back & Arm 🍃 Sayoko.K			
			17:30 ~ 18:30 Shape up waist Kanoka				
18:00 ~ 19:00 Basic 🍃 MOMOKA.I	18:00 ~ 19:00 Back & Arm 🍃 Sayoko.K	18:00 ~ 19:00 Release&Strength Kanoka				18:00 ~ 19:00 Back & Arm 🍃 Sayoko.K	18:00 ~ 19:00 Release&Strength Kanoka
19:30 ~ 20:30 Pilates Cardio Kanoka	19:30 ~ 20:30 Waist 🍃 MOMOKA.I	19:30 ~ 20:30 Basic 🍃 Sayoko.K				19:30 ~ 20:30 jump to burn asuka	19:30 ~ 20:30 Hip & Leg 🍃 Ai.Y
21:00 ~ 22:00 Waist 🍃 MOMOKA.I	21:00 ~ 22:00 Basic 🍃 MOMOKA.I	21:00 ~ 22:00 Hip & Leg 🍃 Ai.Y				21:00 ~ 22:00 Body Balance asuka	21:00 ~ 22:00 Back & Arm 🍃 Sayoko.K

🍃：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。

pilates K 亀有店

【 07/17 ~ 07/24 】 スケジュール

2025/06/11 更新

07/17	07/18	07/19	07/20	07/21	07/22	07/23	07/24
木	金	土	日	月	火	水	木
	10:30 ~ 11:30 Waist 🍃 MOMOKA.I	10:30 ~ 11:30 Pilates Cardio Kanoka	10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 MOMOKA.I	close	10:30 ~ 11:30 jump to burn yumeno	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg 🍃 Kanoka	
	12:00 ~ 13:00 Back & Arm 🍃 Sayoko.K	12:00 ~ 13:00 Basic 🍃 Sayoko.K	12:30 ~ 13:30 Shape up waist Kanoka		12:00 ~ 13:00 Basic 🍃 MOMOKA.I	12:30 ~ 13:30 Pilates Cardio Kanoka	
	13:30 ~ 14:30 Basic 🍃 MOMOKA.I	13:30 ~ 14:30 Release&Strength Kanoka	14:30 ~ 15:30 Waist 🍃 MOMOKA.I		13:30 ~ 14:30 Body Balance yumeno		
		15:00 ~ 16:00 Back & Arm 🍃 Sayoko.K					
			16:30 ~ 17:30 Body Balance Kanoka				
		16:30 ~ 17:30 Hip & Leg 🍃 Ai.Y					
18:00 ~ 19:00 Hip & Leg 🍃 Kanoka	18:00 ~ 19:00 Basic 🍃 Sayoko.K				18:00 ~ 19:00 Waist 🍃 MOMOKA.I	18:00 ~ 19:00 jump to burn akane.t	18:00 ~ 19:00 Basic 🍃 MOMOKA.I
19:30 ~ 20:30 Basic 🍃 MOMOKA.I	19:30 ~ 20:30 Pilates Barre yumeno				19:30 ~ 20:30 Pilates Cardio Rico.S	19:30 ~ 20:30 Basic 🍃 Ai.Y	19:30 ~ 20:30 Body Balance Kanoka
21:00 ~ 22:00 Shape up waist Kanoka	21:00 ~ 22:00 Pilates Cardio yumeno				21:00 ~ 22:00 Pilates Barre Rico.S	21:00 ~ 22:00 Release&Strength akane.t	21:00 ~ 22:00 Waist 🍃 MOMOKA.I

pilates K 亀有店

【 07/25 ~ 07/31 】 スケジュール

2025/06/11 更新

07/25	07/26	07/27	07/28	07/29	07/30	07/31
金	土	日	月	火	水	木
10:30 ~ 11:30 Basic 🍃 Sayoko.K	10:30 ~ 11:30 Back & Arm 🍃 Sayoko.K	10:30 ~ 11:30 Waist 🍃 MOMOKA.I	close	10:30 ~ 11:30 Body Balance Kanoka	10:30 ~ 11:30 Hip & Leg 🍃 Aiko	
12:00 ~ 13:00 Back & Arm 🍃 Sayoko.K	12:00 ~ 13:00 Pilates Barre Kanoka	12:30 ~ 13:30 Basic 🍃 MOMOKA.I		12:00 ~ 13:00 Basic 🍃 Sayoko.K	12:30 ~ 13:30 jump to burn Aiko	
13:30 ~ 14:30 Release&Strength Kanoka	13:30 ~ 14:30 Basic 🍃 Sayoko.K	14:30 ~ 15:30 Hip & Leg 🍃 Ai.Y		13:30 ~ 14:30 Back & Arm 🍃 Sayoko.K		
	15:00 ~ 16:00 Shape up waist Kanoka					
		16:30 ~ 17:30 Stretch & Conditioning 🍃 Ai.Y				
	16:30 ~ 17:30 Hip & Leg 🍃 未定					
18:00 ~ 19:00 Shape up waist Kanoka				18:00 ~ 19:00 Basic 🍃 MOMOKA.I	18:00 ~ 19:00 Waist 🍃 MOMOKA.I	18:00 ~ 19:00 Shape up waist Kanoka
19:30 ~ 20:30 Basic 🍃 MOMOKA.I				19:30 ~ 20:30 Release&Strength Kanoka	19:30 ~ 20:30 Back & Arm 🍃 Sayoko.K	19:30 ~ 20:30 Basic 🍃 Ai.Y
21:00 ~ 22:00 Hip & Leg 🍃 Ai.Y				21:00 ~ 22:00 Waist 🍃 MOMOKA.I	21:00 ~ 22:00 Basic 🍃 Sayoko.K	21:00 ~ 22:00 Back & Arm 🍃 Sayoko.K

🍃 : 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。