

pilates K 亀有店		【 10/01 ~ 10/08 】			スケジュール			2025/09/14	更新
10/01	10/02	10/03	10/04	10/05	10/06	10/07	10/08		
水	木	金	土	日	月	火	水		
10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		
Basic 🌿		Release&Strength	Hip & Leg 🌿	Waist 🌿		Pilates Barre	jump to burn		
JUKA.W		Akari	JUKA.W	JUKA.W		Mana.H	AI.Y		
12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		
Body Balance		Basic 🌿	Back & Arm 🌿	Body Balance		Basic 🌿	Basic 🌿		
Kanoka		airi.m	Sayoko.K	Kanoka		MOMOKA.I	airi.m		
13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		
Stretch & Conditioning 🌿		Leg Lines	Pilates Barre	Basic 🌿		Waist 🌿	Hip & Leg 🌿		
Kanoka		Akari	Mana.H	JUKA.W		Mana.H	airi.m		
			15:00 ~ 16:00						
			Waist 🌿						
			JUKA.W						
			16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30					
			Basic 🌿	Pilates Cardio					
			Sayoko.K	Kanoka					
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		
jump to burn	Hip & Leg 🌿	Back & Arm 🌿	Shape up waist			jump to burn	Waist 🌿		
AI.Y	AI.Y	未確定	Mana.H			AI.Y	JUKA.W		
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
Back & Arm 🌿	Basic 🌿	Hip & Leg 🌿				Back & Arm 🌿	Basic 🌿		
JUKA.W	Sayoko.K	airi.m				未確定	MOMOKA.I		
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		
Waist 🌿	jump to burn	Waist 🌿				Basic 🌿	Pilates Barre		
AI.Y	AI.Y	MOMOKA.I				AI.Y	未確定		

pilates K 亀有店		【 10/09 ~ 10/16 】			スケジュール			2025/09/14	更新
10/09	10/10	10/11	10/12	10/13	10/14	10/15	10/16		
木	金	土	日	月	火	水	木		
	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30			
	Back & Arm 🌿	Basic 🌿	Pilates Cardio		Waist 🌿	Leg Lines			
	未確定	Sayoko.K	Kanoka		MOMOKA.I	Kanoka			
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00			
	Shape up waist	jump to burn	Basic 🌿		Stretch & Conditioning 🌿	Hip & Leg 🌿			
	Mana.H	AI.Y	airi.m		AI.Y	JUKA.W			
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30			
	Basic 🌿	Back & Arm 🌿	Body Balance		Basic 🌿	Pilates Cardio			
	MOMOKA.I	未確定	Kanoka		MOMOKA.I	Kanoka			
		15:00 ~ 16:00							
		Hip & Leg 🌿							
		JUKA.W							
		16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30						
		Pilates Barre	Hip & Leg 🌿						
		未確定	airi.m						
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 🌿	Leg Lines	Waist 🌿			Basic 🌿	Pilates Barre	Waist 🌿		
MOMOKA.I	Kanoka	MOMOKA.I			JUKA.W	未確定	MOMOKA.I		
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
Stretch & Conditioning 🌿	Basic 🌿				Hip & Leg 🌿	Back & Arm 🌿	Basic 🌿		
AI.Y	AI.Y				JUKA.W	Sayoko.K	Sayoko.K		
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		
Waist 🌿	Pilates Cardio				jump to burn	Basic 🌿	Back & Arm 🌿		
AI.Y	Kanoka				AI.Y	airi.m	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		【 10/17 ~ 10/24 】		スケジュール		2025/09/14	更新
10/17	10/18	10/19	10/20	10/21	10/22	10/23	10/24
金	土	日	月	火	水	木	金
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30
Body Balance	Back & Arm 🏊	Hip & Leg 🏊		Back & Arm 🏊	Pilates Barre		Basic 🏊
Kanoka	未確定	airi.m		Sayoko.K	Akari		Sayoko.K
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00
Basic 🏊	Hip & Leg 🏊	Shape up waist		Waist 🏊	Basic 🏊		Back & Arm 🏊
Sayoko.K	JUKA.W	Mana.H		MOMOKA.I	JUKA.W		Sayoko.K
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30
Release&Strength	Pilates Cardio	Back & Arm 🏊		Pilates Barre	Leg Lines		Waist 🏊
Kanoka	Kanoka	JUKA.W		未確定	Akari		未確定
	15:00 ~ 16:00						
	Basic 🏊						
	MOMOKA.I						
	16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30					
	Leg Lines	Basic 🏊					
	Kanoka	airi.m					
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 🏊	Back & Arm 🏊			Shape up waist	Basic 🏊	Back & Arm 🏊	Hip & Leg 🏊
JUKA.W	JUKA.W			未確定	airi.m	未確定	JUKA.W
19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
Waist 🏊				Basic 🏊	Release&Strength	Waist 🏊	Pilates Cardio
MOMOKA.I				MOMOKA.I	未確定	MOMOKA.I	runa
21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
Hip & Leg 🏊				Stretch & Conditioning 🏊	Hip & Leg 🏊	Release&Strength	Basic 🏊
JUKA.W				Ai.Y	airi.m	未確定	JUKA.W

pilates K 亀有店		【 10/25 ~ 10/31 】	スケジュール		2025/09/14 更新		
10/25	10/26	10/27	10/28	10/29	10/30	10/31	
土	日	月	火	水	木	金	
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	
Stretch & Conditioning 🏊	Leg Lines		Waist 🏊	Basic 🏊		Hip & Leg 🏊	
Ai.Y	Akari		airi.m	Sayoko.K		airi.m	
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	
Body Balance	Basic 🏊		Release&Strength	Pilates Barre		Shape up waist	
Kanoka	MOMOKA.I		Kanoka	未確定		Ai.Y	
13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	
Basic 🏊	Release&Strength		Basic 🏊	Hip & Leg 🏊		Basic 🏊	
airi.m	Akari		airi.m	airi.m		airi.m	
15:00 ~ 16:00							
Leg Lines							
Kanoka							
16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30						
jump to burn	Back & Arm 🏊						
Ai.Y	MOMOKA.I						
18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
Waist 🏊			Stretch & Conditioning 🏊	Leg Lines		Basic 🏊	Back & Arm 🏊
未確定			Ai.Y	Kanoka		MOMOKA.I	Sayoko.K
			19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
			Back & Arm 🏊	Waist 🏊		jump to burn	Basic 🏊
			Sayoko.K	airi.m		Ai.Y	MOMOKA.I
			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
			Shape up waist	Body Balance		Back & Arm 🏊	Pilates Barre
		未確定	Kanoka	未確定	未確定		

🏊 : 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。