

pilatesK 亀有店		【 12/01 ~ 12/08 】 スケジュール						2025/11/26 更新		
12/01	12/02	12/03	12/04	12/05	12/06	12/07	12/08			
月	火	水	木	金	土	日	月			
close	close	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close			
		Back & Arm 🌿		Basic 🌿	Waist spXmas 🌿	Release&Strength				
		MOMOKA.I		MOMOKA.I	JUKA.W	JUKA.W				
		12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30				
		Hip & Leg 🌿		Shape up waist	Leg Lines	Back & Arm 🌿				
		airi.m		AI.Y	Kanoka	MOMOKA.I				
		13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30				
		Basic 🌿		Waist spXmas 🌿	Stretch & Conditioning 🌿	Basic 🌿				
		MOMOKA.I		MOMOKA.I	AI.Y	JUKA.W				
		close		close	15:00 ~ 16:00	close		close	close	
					Pilates Cardio					close
					Kanoka					
					16:30 ~ 17:30					16:30 ~ 17:30
					Basic 🌿					Waist spXmas 🌿
		JUKA.W		MOMOKA.I						
close										
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close					
Leg Lines	Stretch & Conditioning 🌿	Hip & Leg 🌿	jump to burn							
Kanoka	AI.Y	airi.m	AI.Y							
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	close							
Basic 🌿	Hip & Leg 🌿	jump to burn								
airi.m	airi.m	AI.Y								
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00								
Body Balance	Shape up waist	Basic 🌿								
Kanoka	AI.Y	airi.m								

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

pilatesK 亀有店		【 12/17 ~ 12/24 】				スケジュール		2025/11/26	更新							
12/17	12/18	12/19	12/20	12/21	12/22	12/23	12/24									
水	木	金	土	日	月	火	水									
10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30									
Back & Arm 🌿		Basic 🌿	Release&Strength	Waist spXmas 🌿		Hip & Leg 🌿	Stretch & Conditioning 🌿									
MOMOKA.I		airi.m	JUKA.W	airi.m		airi.m	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									
Shape up waist		Release&Strength	Basic 🌿	Body Balance		jump to burn	Hip & Leg 🌿									
AI.Y		JUKA.W	MOMOKA.I	Kanoka		AI.Y	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									
Basic 🌿		Waist spXmas 🌿	Back & Arm 🌿	Basic 🌿		Waist spXmas 🌿	Pilates Cardio									
AI.Y		airi.m	JUKA.W	airi.m		airi.m	未確定									
close		close	close	15:00 ~ 16:00		close	close	close	close							
				Waist spXmas 🌿												
				MOMOKA.I												
				16:30 ~ 17:30						16:30 ~ 17:30						
				Pilates Barre						Leg Lines						
				未確定						Kanoka						
close		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 🌿									Waist spXmas 🌿	Back & Arm 🌿	Basic 🌿	Release&Strength	Waist spXmas 🌿		
	airi.m									MOMOKA.I	JUKA.W	MOMOKA.I	未確定	MOMOKA.I		
	19:30 ~ 20:30									19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	close	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30		
	Waist spXmas 🌿									Basic 🌿	Shape up waist		Pilates Cardio	Pilates Barre		
MOMOKA.I	JUKA.W	AI.Y	未確定	未確定												
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00												
Hip & Leg 🌿	Back & Arm 🌿	Basic 🌿	close	Basic 🌿		Release&Strength										
airi.m	MOMOKA.I	AI.Y		MOMOKA.I		未確定										

pilatesK 亀有店		【 12/25 ~ 12/31 】			スケジュール	
12/25	12/26	12/27	12/28	12/29	12/30	12/31
木	金	土	日	月	火	水
close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	close	close
	Waist 🌿	Pilates Cardio	Basic 🌿			
	MOMOKA.I	未確定	MOMOKA.I			
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30			
	Basic 🌿	Pilates Barre	Shape up waist			
	airi.m	未確定	AI.Y			
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30			
	Back & Arm 🌿	Shape up waist	Back & Arm 🌿			
	MOMOKA.I	AI.Y	MOMOKA.I			
	close	15:00 ~ 16:00				
		Stretch&Conditioning 🌿	close			
		AI.Y				
		16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30			
		Hip & Leg 🌿	Pilates Cardio			
	JUKA.W	未確定				
	close					
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	close			
Body Balance	Release&Strength	Waist 🌿				
Kanoka	JUKA.W	JUKA.W				
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	close				
Waist spXmas 🌿	Hip & Leg 🌿					
MOMOKA.I	airi.m					
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00					
Leg Lines	Pilates Barre					
Kanoka	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。