


pilatesK 亀有店		【 02/01 ~ 02/08 】 スケジュール						2026/01/16 更新				
02/01	02/02	02/03	02/04	02/05	02/06	02/07	02/08					
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					
Pilates Barre		Waist 🌿	Hip & Leg 🌿		Release&Strength	Leg Lines	Basic 🌿					
JUKA.W		MOMOKA.I	Sayoko.k		Kanoka	Kanoka	MOMOKA.I					
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30					
Basic 🌿		jump to burn	Waist 🌿		Back & Arm 🌿	Pilates Cardio	Shape up waist					
Sayoko.k		AI.Y	MOMOKA.I		Sayoko.k	AI.Y	AI.Y					
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30					
Back & Arm 🌿		Basic 🌿	Body Balance		Leg Lines	Hip & Leg 🌿	Waist 🌿					
JUKA.W		MOMOKA.I	Sayoko.k		Kanoka	JUKA.W	MOMOKA.I					
close		close	close		close	close	15:00 ~ 16:00	close				
16:30 ~ 17:30							Pilates Barre					
Body Balance							Kanoka	16:30 ~ 17:30	16:30 ~ 17:30			
Sayoko.k							Basic 🌿	jump to burn				
close							AI.Y	AI.Y				
							close	close				
							18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
							Hip & Leg 🌿		Pilates Barre	Stretch & Conditioning 🌿	jump to burn	Back & Arm 🌿
							JUKA.W		JUKA.W	AI.Y	AI.Y	JUKA.W
							19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	close
		Shape up waist	Basic 🌿		Back & Arm 🌿	Basic 🌿						
	AI.Y	MOMOKA.I	MOMOKA.I	Sayoko.k								
	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00								
	Basic 🌿	Release&Strength	Pilates Cardio	Stretch & Conditioning 🌿								
JUKA.W	JUKA.W	AI.Y	AI.Y									

pilatesK 亀有店		【 02/09 ~ 02/16 】 スケジュール								
02/09	02/10	02/11	02/12	02/13	02/14	02/15	02/16			
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			
	Pilates Cardio	Basic 🍌		Back & Arm 🍌	Shape up waist	Stretch & Conditioning 🍌				
	Ai.Y	MOMOKA.I		JUKA.W	Ai.Y	Ai.Y				
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30				
	Basic 🍌	jump to burn		Leg Lines	Basic 🍌	Hip & Leg 🍌				
	MOMOKA.I	Ai.Y		Kanoka	Sayoko.k	Kanoka				
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30				
	Back & Arm 🍌	Pilates Barre		Hip & Leg 🍌	Release&Strength	Shape up waist				
	MOMOKA.I	Sayoko.k		Kanoka	JUKA.W	Ai.Y				
	close	15:00 ~ 16:00		close	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00		close		
		Waist 🍌			Pilates Cardio	close				
		MOMOKA.I			Ai.Y					
		16:30 ~ 17:30			16:30 ~ 17:30					
		Shape up waist			Back & Arm 🍌				Leg Lines	
	Ai.Y			Sayoko.k	Kanoka					
	close	close		close	close	close		close		
		18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00			18:00 ~ 19:00	
		Body Balance			Back & Arm 🍌	Basic 🍌			Waist 🍌	Hip & Leg 🍌
		Sayoko.k			Sayoko.k	Sayoko.k			MOMOKA.I	JUKA.W
		19:30 ~ 20:30			close	19:30 ~ 20:30			19:30 ~ 20:30	close
Hip & Leg 🍌		Waist 🍌	Pilates Barre							
JUKA.W		MOMOKA.I	JUKA.W							
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00								
Pilates Barre	Body Balance	Basic 🍌								
Sayoko.k	Sayoko.k	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週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。

pilatesK 亀有店		【 02/17 ~ 02/24 】 スケジュール						2026/01/16 更新
02/17	02/18	02/19	02/20	02/21	02/22	02/23	02/24	
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	close	10:30 ~ 11:30	
Waist 🏊	Back & Arm 🏊		Basic 🏊	Release&Strength	Hip & Leg 🏊		Basic 🏊	
MOMOKA.I	MOMOKA.I		MOMOKA.I	JUKA.W	Sayoko. k		MOMOKA.I	
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	
Body Balance	Basic 🏊		Pilates Cardio	Back & Arm 🏊	Waist 🏊		jump to burn	
Sayoko. k	MOMOKA.I		AI.Y	Sayoko. k	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	
Basic 🏊	Hip & Leg 🏊		Stretch & Conditioning 🏊	Waist 🏊	Body Balance		Waist 🏊	
MOMOKA.I	JUKA.W		AI.Y	JUKA.W	Sayoko. k		MOMOKA.I	
close	close		close	close	15:00 ~ 16:00		close	close
		Basic 🏊						
		Sayoko. k						
		16:30 ~ 17:30						
		Hip & Leg 🏊						
JUKA.W	JUKA.W							
close	close	close	close	close	close	close		
							18:00 ~ 19:00	
							Leg Lines	
							Stretch & Conditioning 🏊	
							Pilates Cardio	
Shape up waist	Pilates Barre							
Kanoka	AI.Y	AI.Y	Kanoka	Sayoko. k	Basic 🏊			
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	close	Sayoko. k	19:30 ~ 20:30		
Shape up waist	Basic 🏊	Back & Arm 🏊	Basic 🏊		Stretch & Conditioning 🏊			
AI.Y	JUKA.W	MOMOKA.I	Sayoko. k		AI.Y			
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00			
Release&Strength	jump to burn	Basic 🏊	Leg Lines		Hip & Leg 🏊			
Kanoka	AI.Y	MOMOKA.I	Kanoka	Sayoko. k				

pilatesK 亀有店		【 02/25 ~ 02/28 】 スケジュール	
02/25	02/26	02/27	02/28
水	木	金	土
10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Stretch & Conditioning		Waist	Back & Arm
Ai.Y		MOMOKA.I	MOMOKA.I
12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00
Shape up waist		Basic	Stretch & Conditioning
Ai.Y		JUKA.W	Ai.Y
13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30
Basic		Back & Arm	Basic
MOMOKA.I		MOMOKA.I	JUKA.W
close		close	15:00 ~ 16:00
			Release&Strength
			MOMOKA.I
			16:30 ~ 17:30
			Waist
			JUKA.W
			close
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
Back & Arm	Basic	Hip & Leg	jump to burn
Sayoko. k	Ai.Y	Kanoka	Ai.Y
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	close
Waist	Hip & Leg	Leg Lines	
JUKA.W	Sayoko. k	Kanoka	
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
Release&Strength	Pilates Cardio	Basic	
JUKA.W	Ai.Y	JUKA.W	

 : 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。