

【 03/01 ~ 03/08 】 スケジュール							
pilatesK 亀有店		2026/02/14 更新					
03/01	03/02	03/03	03/04	03/05	03/06	03/07	03/08
日	月	火	水	木	金	土	日
10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
Release&Strength		Waist	Basic		Body Balance	Stretch & Conditioning	Back & Arm
JUKA.W		Luuna.t	Ai.Y		Kanoka	MOMOKA.I	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
Pilates Cardio		Basic	Shape up waist		Back & Arm	jump to burn	Basic
Ai.Y		MOMOKA.I	Ai.Y		JUKA.W	Ai.Y	JUKA.W
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30
Basic		Stretch & Conditioning	Body Balance		Basic	Pilates Barre	Release&Strength
JUKA.W		Luuna.t	Kalia		Kanoka	JUKA.W	MOMOKA.I
close							close
16:30 ~ 17:30		close	close		close	close	close
Hip&Leg						Shape up waist	Pilates Barre
Ai.Y						Ai.Y	JUKA.W
close						close	close
18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
Pilates Barre		Release&Strength	Pilates Cardio	Basic	Waist		
JUKA.W		MOMOKA.I	Ai.Y	JUKA.W	JUKA.W		
19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
Back & Arm		jump to burn	Basic	Hip & Leg			
MOMOKA.I		Ai.Y	MOMOKA.I	Ai.Y			
21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
Basic		Back & Arm	Waist	Shape up waist			
JUKA.W		MOMOKA.I	MOMOKA.I	Ai.Y			

【 03/09 ~ 03/16 】 スケジュール							
pilatesK 亀有店		2026/02/14 更新					
03/09	03/10	03/11	03/12	03/13	03/14	03/15	03/16
月	火	水	木	金	土	日	月
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
Pilates Cardio		Waist		Shape up waist	Waist	Hip & Leg	
Ai.Y		MOMOKA.I		Ai.Y	MOMOKA.I	Ai.Y	
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	
Waist		Hip & Leg		Basic	Stretch & Conditioning	Waist	
MOMOKA.I		Ai.Y		JUKA.W	Ai.Y	MOMOKA.I	
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30	
Hip & Leg		Basic		jump to burn	Back & Arm	Shape up waist	
Ai.Y		MOMOKA.I		Ai.Y	MOMOKA.I	Ai.Y	
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	18:00 ~ 19:00	16:30 ~ 17:30	
Back & Arm		Basic	Hip & Leg	Stretch & Conditioning	jump to burn		
JUKA.W		JUKA.W	JUKA.W	MOMOKA.I	Ai.Y		
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30			
Basic		Shape up waist	Waist	Pilates Barre			
MOMOKA.I		Ai.Y	MOMOKA.I	JUKA.W			
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
Pilates Barre		Release&Strength	Back & Arm	Waist			
JUKA.W		JUKA.W	MOMOKA.I	MOMOKA.I			

⌚ : 体験可能なレッスン
 ・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時間前まで切っ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		【 03/17 ~ 03/24 】 スケジュール						2026/02/14 更新									
03/17	03/18	03/19	03/20	03/21	03/22	03/23	03/24	月	火								
火	水	木	金	土	日												
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30			10:30 ~ 11:30									
Basic	Release&Strength		Pilates Barre	Shape up waist	Back & Arm			Pilates Cardio									
Ai.Y	MOMOKA.I		JUKA.W	Ai.Y	未確定			Ai.Y									
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30			12:00 ~ 13:00									
Shape up waist	jump to burn		Body Balance	Hip & Leg	Pilates Barre			Back & Arm									
Ai.Y	Ai.Y		Sayoko.k	JUKA.W	JUKA.W			未確定									
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30			13:30 ~ 14:30									
Release&Strength	Waist		Basic	Stretch & Conditioning	Back & Arm			Shape up waist									
MOMOKA.I	MOMOKA.I		Sayoko.k	Ai.Y	未確定			Ai.Y									
close		close	close	close	close	close	close	close	close								
close																	
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	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00								
Waist	Shape up waist	Basic	Hip & Leg	Back & Arm				Stretch & Conditioning									
MOMOKA.I	Ai.Y	Sayoko.k	Sayoko.k	JUKA.W				MOMOKA.I									
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30					19:30 ~ 20:30									
Hip & Leg	Back & Arm	Release&Strength						Pilates Barre									
JUKA.W	JUKA.W	MOMOKA.I						JUKA.W									
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00					21:00 ~ 22:00									
Basic	Hip & Leg	Body Balance						Waist									
JUKA.W	JUKA.W	Sayoko.k						MOMOKA.I									

pilatesK 亀有店		【 03/25 ~ 03/31 】 スケジュール						03/31									
03/25	03/26	03/27	03/28	03/29	03/30	03/31	月	火									
水	木	金	土	日													
10:30 ~ 11:30			10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30			10:30 ~ 11:30									
jump to burn			Body Balance	Back & Arm	Basic			Release&Strength									
Ai.Y			Sayoko.k	未確定	MOMOKA.I			MOMOKA.I									
12:00 ~ 13:00			12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30			12:00 ~ 13:00									
Basic			Hip & Leg	Waist	Back & Arm			Basic									
Ai.Y			JUKA.W	JUKA.W	未確定			MOMOKA.I									
13:30 ~ 14:30			13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30			13:30 ~ 14:30									
Back & Arm			Pilates Barre	Basic	Stretch & Conditioning			Back & Arm									
未確定			JUKA.W	MOMOKA.I	MOMOKA.I			未確定									
close		close	close	close	close	close	close	close	close								
close																	
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	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00								
Waist	Body Balance	Back & Arm	Release&Strength					jump to burn									
MOMOKA.I	Sayoko.k	未確定	MOMOKA.I					Ai.Y									
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30						19:30 ~ 20:30									
Hip & Leg	Basic	Waist						Basic									
JUKA.W	MOMOKA.I	JUKA.W						JUKA.W									
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00						21:00 ~ 22:00									
Pilates Barre	Hip & Leg	Back & Arm						Pilates Cardio									
JUKA.W	Sayoko.k	未確定						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。
 - レッスン開始時刻時間前を切っ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。