

【 07/01 ~ 07/08 】 スケジュール								2025/06/19	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	10:30 ~ 11:30			10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	
骨盤矯正ヨガ (60分)	もも尻ヨガティス (60分)			子宮温活ヨガ (60分)	お腹引き締めヨガ (60分)	全身ととのう 座たまんまヨガ (60分)		ホットピラティス (60分)	
山内	山内			真島	岩本	真島		岩本	
12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15			12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15	
ホットピラティス (60分)	ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分)			アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	スタンダード60 (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)		スタンダード60 (60分)	
山内	山内			山内	横山	横山		横山	
14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00			14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00	
免疫セラピーヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)			Sound Feel Yoga ver.2(60分)	はじめてのパワーヨガ (会員枠固定) (60分)	スタンダード60 (60分)		リンパデトックスヨガ (60分)	
岩本	横山			山内	田中	田中		横山	
					眠れる体に整えるヨガ (60分)	ピラティス ブートキャンプ (45分)			
					15:45 ~ 16:45	15:45 ~ 16:30			
					スタンダード60 (60分)				
					17:30 ~ 18:30				
					インストラクター未確定				
17:30 ~ 18:30				17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30	
アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)				スタンダード60 (60分)	美ボディフロー ピラティス (60分)			スタンダード60 (60分)	
真島				横山	岩本			岩本	
19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15		19:15 ~ 20:15	
スタンダード60 (60分)	パワーヨガ Advance (会員枠固定) (60分)	眠れる体に整えるヨガ (60分)	免疫セラピーヨガ (60分)					お腹引き締めヨガ (60分)	
横山	真島	岩本	岩本					岩本	
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		21:00 ~ 22:00	
エアロビヨガ (60分)	全員ととのう 座たまんまヨガ (60分)	ホットピラティス (60分)	スタンダード60 (60分)					免疫セラピーヨガ (60分)	
真島	真島	岩本	インストラクター未確定					岩本	

【 07/09 ~ 07/16 】 スケジュール								2025/06/19	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			10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:15			10:30 ~ 11:30	
眠れる体に整えるヨガ (60分)			スタンダード60 (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	Beat Drum Diet 3.0 (45分)			アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)	
岩本			横山	児玉	児玉			岩本	
12:15 ~ 13:15			12:15 ~ 13:15	12:00 ~ 13:30	12:15 ~ 13:15			12:15 ~ 13:15	
エアロビヨガ (60分)			リンパデトックスヨガ (60分)	アロマセラピー90 (会員枠固定) (90分)	スタンダード60 (60分)			お腹引き締めヨガ (60分)	
岩本			横山	野々村	インストラクター未確定			岩本	
			14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00			14:00 ~ 15:00	
			はじめてのパワーヨガ (会員枠固定) (60分)	スタンダード60 (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)			スタンダード60 (60分)	
			児玉	インストラクター未確定	児玉			岩本	
				15:45 ~ 16:45	15:45 ~ 16:45				
				お腹引き締めヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)				
				児玉	インストラクター未確定				
				17:30 ~ 18:30					
				ホットピラティス (60分)					
				野々村					
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)					17:30 ~ 18:30	
もも尻ヨガティス (60分)	眠れる体に整えるヨガ (60分)		岩本					スタンダード60 (60分)	
児玉								横山	
19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	Sound Feel Yoga ver.2(60分)					19:15 ~ 20:15	
リンパデトックスヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)	インストラクター未確定	児玉					ホットピラティス (60分)	
横山	インストラクター未確定							アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00					21:00 ~ 22:00	
スタンダード60 (60分)	美ボディフロー ピラティス (60分)		ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分)			リンパデトックスヨガ (60分)		21:00 ~ 21:45	
インストラクター未確定	岩本		岩本					横山	

iLove フレスポ鳥栖店		【 07/17 ~ 07/24 】		スケジュール		2025/06/19 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 リンパデトックスヨガ (60分) 小塙	10:20 ~ 10:30 アサナ解説 【ナタラジャーサナ】 インストラクター未確定	10:30 ~ 11:30 二の脚引き締めヨガ (60分) 岩本		10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分) 横山	10:20 ~ 10:30 アサナ解説 【ダウンドッグ】 横山	
	12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) 小塙	10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分) インストラクター未確定		12:05 ~ 12:15 アサナ解説 【開脚前屈】 岩本	12:15 ~ 13:15 子宮温活ヨガ (60分) 横山	10:30 ~ 11:30 リンパデトックスヨガ (60分) 横山	
	13:50 ~ 14:00 アサナ解説 【開脚前屈】 岩本	12:15 ~ 13:15 ホットピラティス (60分) 岩本	12:15 ~ 13:15 骨盤矯正ヨガ (60分) 小塙		14:00 ~ 14:45 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 横山	12:15 ~ 13:15 セルトル美脚ヨガ (60分) 横山	
	14:00 ~ 15:00 二の脚引き締めヨガ (60分) 岩本	14:00 ~ 15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 岩本	14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分) インストラクター未確定				
		15:45 ~ 16:45 リンパデトックスヨガ (60分) 横山	15:45 ~ 16:45 セルトル美脚ヨガ (60分) 小塙				
17:30 ~ 18:30 セルトル美脚ヨガ (60分) 小塙		17:30 ~ 18:30 Sound Feel Yoga ver.2(60分) 岩本		17:30 ~ 18:30 リンパデトックスヨガ (60分) 小塙		17:30 ~ 18:30 エアロビヨガ (60分) 岩本	17:30 ~ 18:30 セルトル美脚ヨガ (60分) 小塙
19:15 ~ 20:15 リンパデトックスヨガ (60分) 小塙	17:30 ~ 18:30 ポールで燃るめて ゆがみヨガ (60分) 男玉			19:05 ~ 19:15 アサナ解説 【開脚前屈】 横山	17:30 ~ 18:30 エアロビヨガ (60分) 岩本		19:15 ~ 20:15 セルトル美脚ヨガ (60分) 横山
20:50 ~ 21:00 アサナ解説 【ナタラジャーサナ】 インストラクター未確定	19:15 ~ 20:15 スタンダード60 (60分) 横山			19:15 ~ 20:15 震れる体に整えるヨガ (60分) 岩本	19:15 ~ 20:15 リンパデトックスヨガ (60分) 横山	19:15 ~ 20:15 スタンダード60 (60分) 横山	19:15 ~ 20:15 骨盤矯正ヨガ (60分) 横山
21:00 ~ 22:00 スタンダード60 (60分) インストラクター未確定	21:00 ~ 22:00 お腹引き締めヨガ (60分) 岩本			21:00 ~ 22:00 セルトル美脚ヨガ (60分) 小塙	21:00 ~ 22:00 スタンダード60 (60分) 横山	21:00 ~ 22:00 骨盤矯正ヨガ (60分) 横山	21:00 ~ 22:00 インストラクター未確定 小塙

iLove フレスポ鳥栖店		【 07/25 ~ 07/31 】		スケジュール		2025/06/19	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	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		
Sound Feel Yoga ver.2(60分)	骨盤矯正ヨガ(60分)	スタンダード60(60分)		リンパデトックスヨガ(60分)	スタンダード60(60分)		
岩本	小塙	横山		横山	インストラクター未確定		
12:15 ~ 13:15	12:05 ~ 12:15	12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15		
アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX(60分)	アサナ解説【ハイランジ】	セルトル美脚ヨガ(60分)		スタンダード60(60分)	リンパデトックスヨガ(60分)		
岩本	小塙	小塙		横山	横山		
14:00 ~ 15:00	12:15 ~ 13:15	14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00		
スタンダード60(60分)	リンパデトックスヨガ(60分)	リンパデトックスヨガ(60分)		もも房ヨガティス(60分)	二の脚引き締めヨガ(60分)		
インストラクター未確定	小塙	横山		岩本	岩本		
	14:00 ~ 15:00	15:35 ~ 15:45					
	アドバンス Advance(会員様限定)(60分)	アサナ解説【ハイランジ】					
	田中	小塙					
	15:45 ~ 16:45	15:45 ~ 16:45					
	スタンダード60(60分)	骨盤矯正ヨガ(60分)					
	インストラクター未確定	小塙					
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30			17:00 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30	
スタンダード60(60分)	子宮温活ヨガ(60分)			アドバンス90(会員様限定)(90分)		リンパデトックスヨガ(60分)	
横山	田中			横山		横山	
19:15 ~ 20:15				19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:00	19:15 ~ 20:15	
もも房ヨガティス(60分)				子宮温活ヨガ(60分)	Beat Drum Diet 3.0(45分)	スタンダード60(60分)	
岩本				横山	岩本	インストラクター未確定	
20:50 ~ 21:00				21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
アサナ解説【ダウンドック】				スタンダード60(60分)	リンパデトックスヨガ(60分)	セルトル美脚ヨガ(60分)	
横山				インストラクター未確定	小塙	小塙	
21:00 ~ 22:00							
リンパデトックスヨガ(60分)							
横山							