

スケジュール

2026/09/13

更新

	10/01	10/02	10/03	10/04	10/05	10/06	10/07	10/08		
	木	金	土	日	月	火	水	木		
営業時間外	10:30 ~ 11:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) Y.Chiharu	10:30 ~ 11:30 ポールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分) Y.Chiharu	10:30 ~ 11:30 スタンダード 60 (60分) T.Kaori	定休日	10:30 ~ 11:30 はじめてのホットピラティス (60分) S.Kanae	10:30 ~ 11:30 背中美人ヨガ (60分) T.Kaori	営業時間外			
	12:15 ~ 13:15 スタンダード 60 (60分) T.Kaori	12:15 ~ 13:15 背中美人ヨガ (60分) T.Kaori	12:15 ~ 13:15 リンパデトックスヨガ (60分) F.Moe		12:15 ~ 13:15 IolveのWorkout MIX (60分) Y.Chiharu	12:15 ~ 13:15 スタンダード 60 (60分) T.Kaori				
	14:00 ~ 15:00 セトルル美脚ヨガ (60分) T.Kaori	14:00 ~ 15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) Y.Chiharu	14:00 ~ 15:00 背中美人ヨガ (60分) T.Kaori		14:00 ~ 15:00 青春矯正ヨガ (60分) S.Kanae	14:00 ~ 15:00 肩コリラックスヨガ (60分) F.Moe				
	営業時間外	15:45 ~ 16:45 眠れる体に整えるヨガ (60分) T.Kaori	15:45 ~ 16:45 肩コリラックスヨガ (60分) F.Moe		営業時間外					
		17:30 ~ 18:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分) T.Fuka	営業時間外							
		営業時間外				営業時間外				
								営業時間外	営業時間外	
	17:30 ~ 18:30 IolveのWorkout MIX (60分) Y.Chiharu		17:30 ~ 18:30 全身とこのう 腹たまんまヨガ (60分) Y.Chiharu		営業時間外					17:30 ~ 18:30 セトルル美脚ヨガ (60分) T.Kaori
	19:15 ~ 20:15 オトナのための オールインワンヨガ (60分) S.Kanae	19:15 ~ 20:15 もも尻ヨガティス (60分) O.Haruna	19:15 ~ 20:15 姿勢コアトレーニング (60分) O.Haruna			18:45 ~ 20:15 アドバンズ 90 (会員様限定) (90分) O.Haruna				19:15 ~ 20:15 セトルル美脚ヨガ (60分) T.Kaori
	21:00 ~ 22:00 リンパデトックスヨガ (60分) F.Moe	21:00 ~ 22:00 子育て温活ヨガ (60分) O.Haruna	21:00 ~ 22:00 スタンダード 60 (60分) T.Kaori			21:00 ~ 22:00 ポールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分) Y.Chiharu		21:00 ~ 22:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) Y.Chiharu		

スケジュール

2026/09/1

更新

10/09	10/10	10/11	10/12	10/13	10/14	10/15	10/16	
金	土	日	月	火	水	木	金	
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	定休日	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	営業時間外	10:30 ~ 11:30	
スタンダード 60 (60分)	エアロビヨガ (60分)	子宮温ヨガ (60分)		オトナのための オールインワンヨガ (60分)	スタンダード 60 (60分)		姿勢コントロール (60分)	
T.Kaori	O.Haruna	O.Haruna		S.Kanae	T.Kaori		O.Haruna	
12:15 ~ 13:00	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15	
Beat Drum Diet 3.0 (45分)	オトナのための オールインワンヨガ (60分)	スリムアッププレス (60分)		リンパデトックスヨガ (60分)	はじめてのホットピラティス (60分)		アロマリラクゼーション DEEP FOREST (60分)	
Y.Chiharu	S.Kanae	O.Haruna		F.Moe	S.Kanae		Y.Chiharu	
14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00	営業時間外		14:00 ~ 15:00	
眠れる体に入るヨガ (60分)	姿勢コントロール (60分)	はじめてのホットピラティス (60分)		お腹引き締めヨガ (60分)			子宮温ヨガ (60分)	
T.Kaori	O.Haruna	S.Kanae		S.Kanae			O.Haruna	
営業時間外	15:45 ~ 16:45	15:45 ~ 16:45		営業時間外			営業時間外	営業時間外
	はじめてのホットピラティス (60分)	お腹引き締めヨガ (60分)						
	S.Kanae	S.Kanae						
	17:30 ~ 18:30							
	肩こリラクゼーション (60分)							
F.Moe								
17:30 ~ 18:30	営業時間外	営業時間外	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	
お腹引き締めヨガ (60分)			エアロビヨガ (60分)	全身とのお腹 まんまヨガ (60分)		スリムアッププレス (60分)	お腹引き締めヨガ (60分)	
S.Kanae			Y.Chiharu	Y.Chiharu		O.Haruna	S.Kanae	
19:15 ~ 20:15			19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15		
リンパデトックスヨガ (60分)			アロマリラクゼーション DEEP FOREST (60分)	肩こリラクゼーション (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	はじめてのホットピラティス (60分)		
F.Moe			Y.Chiharu	F.Moe	F.Moe	S.Kanae		
21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		
オトナのための オールインワンヨガ (60分)			眠れる体に入るヨガ (60分)	はじめてのバレーヨガ (会員様限定) (60分)	アロマリラクゼーション FRUITY DIET (60分)	lolveのWorkout MIX (60分)		
S.Kanae			T.Kaori	Y.Chiharu	O.Haruna	Y.Chiharu		

2026/09/13 更新

2026/09/13 更新

10/25	10/26	10/27	10/28	10/29	10/30	10/31			
日	月	火	水	木	金	土			
10:30 ~ 11:30	定休日	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	営業時間外	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30			
リンパデトックスヨガ (60分)		お腹引き締めヨガ (60分)	はじめてのホットピラティス (60分)		眠れる体に整えるヨガ (60分)	骨盤矯正ヨガ (60分)			
F.Moe		S.Kanae	S.Kanae		F.Harumi	S.Kanae			
12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:00		12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15			
エアロビヨガ (60分)		もも尻ヨガティス (60分)	Beat Drum Diet 3.0 (45分)		背中美人ヨガ (60分)	もも尻ヨガティス (60分)			
Y.Chiharu		O.Haruna	Y.Chiharu		T.Kaori	O.Haruna			
14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00			
肩コリラクسسヨガ (60分)		オトナのための オールインワンヨガ (60分)	特別レッスン(60分)		スタンダード 60 (60分)	はじめての「パワー」ヨガ (金具限定) (60分)			
F.Moe		S.Kanae	Y.Chiharu		T.Kaori	Y.Chiharu			
15:45 ~ 16:45		営業時間外	営業時間外		営業時間外	営業時間外	15:45 ~ 16:45	15:45 ~ 16:45	
全寿ととのう 優たまんまヨガ (60分)	スタンダード 60 (60分)			スタンダード 60 (60分)					
Y.Chiharu	T.Kaori			T.Kaori					
営業時間外	17:30 ~ 18:30			17:30 ~ 18:30			17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30
	リンパデトックスヨガ (60分)			褒め言葉トレーニング (60分)			スタンダード 60 (60分)	はじめてのホットピラティス (60分)	営業時間外
	F.Moe			O.Haruna			T.Kaori	S.Kanae	
	19:15 ~ 20:15			19:15 ~ 20:15			19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	
	スリムアッププレス (60分)			スタンダード 60 (60分)			肩コリラクسسヨガ (60分)	オトナのための オールインワンヨガ (60分)	
	O.Haruna			T.Kaori			F.Moe	S.Kanae	
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
肩コリラクسسヨガ (60分)	もも尻ヨガティス (60分)	背中美人ヨガ (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)						
F.Moe	O.Haruna	T.Kaori	F.Moe						