

love ゆめタウン姫路店		【	11/01	～	11/08	】	スケジュール	2028/10/14	更新
11/01	11/02	11/03	11/04	11/05	11/06	11/07	11/08		
日	月	火	水	木	金	土	日		
10:00 ～ 11:00	定休日	10:00 ～ 11:00	10:00 ～ 11:00	10:00 ～ 11:00	10:00 ～ 11:00	10:00 ～ 11:00	10:00 ～ 11:00	全店研修	
背中美人ヨガ (60分)		美ボディフローピラティス (60分)	全身と頭の疲たまんまヨガ (60分)	はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	スタンダード 60 (60分)			
Y.Masaki		T.Yoshiko	T.Kumi	K.Mana	E.Yuuka	F.Runa			
11:40 ～ 12:40		11:40 ～ 12:40	11:40 ～ 12:40	11:40 ～ 12:40	11:40 ～ 12:40	11:40 ～ 12:40	11:40 ～ 12:40		
肩コリリラックスヨガ (60分)		免疫セラピーヨガ (60分)	エアロヨガ (60分)	腸活ヨガ ver.2 (60分)	Beat Drum Diet 3.0 (45分)	パワーヨガ Advance (会員様限定) (60分)			
T.Yoshiko		T.Kumi	K.Mana	T.Kumi	K.Mana	T.Kumi			
13:20 ～ 14:20		13:20 ～ 14:20	13:20 ～ 14:20	13:20 ～ 14:20	13:20 ～ 14:20	13:20 ～ 14:20	13:20 ～ 14:20		
アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)		お腹引き締めヨガ (60分)	肩コリリラックスヨガ (60分)	セルトル美脚ヨガ (60分)	骨盤矯正ヨガ (60分)	アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)			
Y.Masaki		T.Yoshiko	T.Kumi	T.Kumi	Y.Masaki	T.Kumi			
15:00 ～ 16:00		15:00 ～ 16:00	15:00 ～ 16:00	15:00 ～ 16:00	15:00 ～ 16:00	15:00 ～ 15:45	15:00 ～ 16:00		
パワーヨガ Advance (会員様限定) (60分)		アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)	みるみる変わる姿勢ピラティス (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)	リンパデトックスヨガ (60分)			
T.Yoshiko		T.Kumi	F.Karen	F.Runa	Y.Masaki	E.Yuuka			
16:40 ～ 17:40		16:40 ～ 17:40	営業時間外	営業時間外	営業時間外	16:40 ～ 17:40	16:40 ～ 17:40		
姿勢コアトレーニング (60分)		骨盤底筋トレーニングヨガ (60分)				スタンダード 60 (60分)			
F.Karen		F.Karen				E.Yuuka			
18:30 ～ 19:30		18:30 ～ 19:30				18:30 ～ 19:30			
スタンダード 60 (60分)		背中美人ヨガ (60分)				背中美人ヨガ (60分)			
E.Yuuka		F.Runa							
営業時間外		営業時間外	営業時間外	17:40 ～ 18:40	17:40 ～ 18:40	17:40 ～ 18:40	営業時間外		
				姿勢コアトレーニング (60分)	全身と頭の疲たまんまヨガ (60分)	子宮温活ヨガ (60分)			
				F.Karen	K.Mana	T.Yoshiko			
				19:20 ～ 20:20	19:20 ～ 20:20	19:20 ～ 20:20			
				美ボディフローピラティス (60分)	背中美人ヨガ (60分)	スタンダード 60 (60分)			
				K.Mana	F.Runa	E.Yuuka			
21:00 ～ 22:00		21:00 ～ 22:00	21:00 ～ 22:00	21:00 ～ 22:00	21:00 ～ 22:00	21:00 ～ 22:00			
アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)		リンパデトックスヨガ (60分)	はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)						
F.Karen		E.Yuuka	T.Yoshiko						

love ゆめタウン姫路店					【 11/09 ~ 11/16 】		スケジュール		2026/10/14		更新				
11/09		11/10		11/11		11/12		11/13		11/14		11/15		11/16	
月		火		水		木		金		土		日		月	
全店研修	10:00 ~ 11:00		10:00 ~ 11:00		10:00 ~ 11:00		10:00 ~ 11:00		10:00 ~ 11:00		10:00 ~ 11:00		10:00 ~ 11:00		定休日
	背中美人ヨガ (60分)		スタンダード 60 (60分)		姿勢コアトレーニング (60分)		はじめてのホットピラティス (60分)		セルトル美脚ヨガ (60分)		骨盤底筋トレーニングヨガ (60分)				
	Y.Masaki		E.Yuuka		F.Karen		F.Karen		T.Kumi		F.Karen				
	11:40 ~ 12:40		11:40 ~ 12:40		11:40 ~ 12:40		11:40 ~ 12:40		11:40 ~ 12:40		11:40 ~ 12:40				
	小顔リフトピラティス (60分)		肩コリリラックスヨガ (60分)		アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)		腸活ヨガ ver.2 (60分)		スタンダード 60 (60分)		はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)				
	K.Mana		T.Kumi		T.Kumi		K.Mana		E.Yuuka		K.Misato				
	13:20 ~ 14:20		13:20 ~ 14:20		13:20 ~ 14:20		13:20 ~ 14:20		13:20 ~ 14:20		13:20 ~ 14:20				
	アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)		リンパデトックスヨガ (60分)		みるみる変わる姿勢ピラティス (60分)		お腹引き締めヨガ (60分)		背中美人ヨガ (60分)		姿勢コアトレーニング (60分)				
	Y.Masaki		E.Yuuka		F.Karen		F.Karen		K.Mana		F.Karen				
	15:00 ~ 16:00		営業時間外		15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00				
	骨盤矯正ヨガ (60分)				セルトル美脚ヨガ (60分)		はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)		子宮温活ヨガ (60分)		全身と頭の疲たまんまヨガ (60分)				
	Y.Masaki				T.Kumi		K.Mana		T.Kumi		T.Kumi				
	営業時間外				営業時間外		営業時間外		16:40 ~ 17:40		16:40 ~ 17:25				
			小顔リフトピラティス (60分)						Beat Drum Diet 3.0 (45分)						
			K.Mana						K.Mana						
			18:30 ~ 19:30						営業時間外						
リンパデトックスヨガ (60分)															
E.Yuuka															
17:40 ~ 18:40		17:40 ~ 18:40		17:40 ~ 18:40		17:40 ~ 18:40		営業時間外							
腸活ヨガ ver.2 (60分)		はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)		リンパデトックスヨガ (60分)		スタンダード 60 (60分)									
K.Mana		K.Mana		E.Yuuka		E.Yuuka									
19:20 ~ 20:20		19:20 ~ 20:20		19:20 ~ 20:20		19:20 ~ 20:20									
スタンダード 60 (60分)		姿勢コアトレーニング (60分)		はじめてのホットピラティス (60分)		エアロヨガ (60分)									
E.Yuuka		F.Karen		F.Karen		K.Mana									
21:00 ~ 21:45		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		営業時間外					
Beat Drum Diet 3.0 (45分)		美ボディフローピラティス (60分)		スタンダード 60 (60分)		リンパデトックスヨガ (60分)									
K.Mana		K.Mana		E.Yuuka		E.Yuuka									

love ゆめタウン姫路店		【 11/17 ~ 11/24 】		スケジュール		2026/10/14	更新
11/17	11/18	11/19	11/20	11/21	11/22	11/23	11/24
火	水	木	金	土	日	月	火
10:00 ~ 11:00	10:00 ~ 11:00	10:00 ~ 11:00	10:00 ~ 11:00	10:00 ~ 11:00	10:00 ~ 11:00		10:00 ~ 11:00
はじめてのパワーヨガ (会員権限定) (60分)	小顔リフトピラティス (60分)	お腹引き締めヨガ (60分)	腸活ヨガ ver.2 (60分)	Beat Drum Diet 3.0 (45分)	全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分)		アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)
Y.Masaki	K.Mana	F.Karen	K.Mana	K.Mana	K.Mana		Y.Masaki
11:40 ~ 12:40	11:40 ~ 12:40	11:40 ~ 12:40	11:40 ~ 12:40	11:40 ~ 12:40	11:40 ~ 12:40		11:40 ~ 12:40
子宮温活ヨガ (60分)	セルトル美脚ヨガ (60分)	青盤矯正ヨガ (60分)	アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分)	スタンダード 60 (60分)		リンパデトックスヨガ (60分)
T.Kumi	T.Kumi	T.Kumi	K.Momoyo	F.Karen	E.Yuuka		E.Yuuka
13:20 ~ 14:20	13:20 ~ 14:20	13:20 ~ 14:20	13:20 ~ 14:20	13:20 ~ 14:20	13:20 ~ 14:20		13:20 ~ 14:20
背中美人ヨガ (60分)	全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分)	はじめてのホットピラティス (60分)	エアロビヨガ (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	はじめてのパワーヨガ (会員権限定) (60分)		スタンダード 60 (60分)
スペシャル	K.Mana	F.Karen	K.Mana	E.Yuuka	K.Mana		未定
営業時間外	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	定休日	15:00 ~ 16:00
	免疫セラピーヨガ (60分)	アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)	肩コリラックスヨガ (60分)	全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)		美ボディフロー ピラティス (60分)
	T.Kumi	T.Kumi	K.Momoyo	K.Mana	E.Yuuka		Y.Masaki
	営業時間外	営業時間外	営業時間外	16:40 ~ 17:40	16:40 ~ 17:40		営業時間外
				背中美人ヨガ (60分)	美ボディフロー ピラティス (60分)		
				F.Karen	K.Mana		
				18:30 ~ 19:30			
				スタンダード 60 (60分)			
				E.Yuuka			
17:40 ~ 18:40	17:40 ~ 18:40	17:40 ~ 18:40	17:40 ~ 18:40	営業時間外	営業時間外		17:40 ~ 18:40
姿勢コアトレーニング (60分)	アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	青盤矯正トレーニングヨガ (60分)	パワーヨガ Advance (会員権限定) (60分)				スタンダード 60 (60分)
F.Karen	F.Karen	F.Karen	T.Kumi				未定
19:20 ~ 20:20	19:20 ~ 20:20	19:20 ~ 20:20	19:20 ~ 20:20				19:20 ~ 20:20
美ボディフロー ピラティス (60分)	腸活ヨガ ver.2 (60分)	スタンダード 60 (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)				姿勢コアトレーニング (60分)
K.Mana	K.Mana	E.Yuuka	E.Yuuka				F.Karen
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00
青盤矯正トレーニングヨガ (60分)	お腹引き締めヨガ (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分)				はじめてのホットピラティス (60分)
F.Karen	F.Karen	E.Yuuka	T.Kumi				F.Karen

love ゆめタウン姫路店		【 11/25 ~		スケジュール		2026/10/14	更新
11/25	11/26	11/27	11/28	11/29	11/30		
水	木	金	土	日	月		
10:00 ~ 11:00	10:00 ~ 11:00	10:00 ~ 11:00	10:00 ~ 11:00	10:00 ~ 11:00			
免疫セラピーヨガ (60分)	エアロビヨガ (60分)	子宮温活ヨガ (60分)	全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分)	背中美人ヨガ (60分)			
T.Kumi	K.Mana	T.Kumi	T.Kumi	F.Karen			
11:40 ~ 12:40	11:40 ~ 12:40	11:40 ~ 12:40	11:40 ~ 12:40	11:40 ~ 12:40			
お腹引き締めヨガ (60分)	肩コリラックスヨガ (60分)	みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分)	スタンダード 60 (60分)	免疫セラピーヨガ (60分)			
F.Karen	T.Kumi	F.Karen	未定	T.Kumi			
13:20 ~ 14:20	13:20 ~ 14:20	13:20 ~ 14:20	13:20 ~ 14:20	13:20 ~ 14:20			
リンパデトックスヨガ (60分)	全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分)	青盤矯正ヨガ (60分)	セルトル美脚ヨガ (60分)	姿勢コアトレーニング (60分)			
E.Yuuka	K.Mana	Y.Masaki	T.Kumi	F.Karen			
営業時間外	営業時間外	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	定休日		
		はじめてのパワーヨガ (会員権限定) (60分)		Beat Drum Diet 3.0 (45分)			
		Y.Masaki	F.Karen	K.Mana			
		営業時間外	16:40 ~ 17:40	16:40 ~ 17:40			
			リンパデトックスヨガ (60分)	スタンダード 60 (60分)			
			E.Yuuka	未定			
			18:30 ~ 19:30				
			お腹引き締めヨガ (60分)				
			F.Karen				
17:40 ~ 18:40	17:40 ~ 18:40	17:40 ~ 18:40	営業時間外	営業時間外			
小顔リフトピラティス (60分)	セルトル美脚ヨガ (60分)	スタンダード 60 (60分)					
K.Mana	T.Kumi	E.Yuuka					
19:20 ~ 20:20	19:20 ~ 20:20	19:20 ~ 20:20					
スタンダード 60 (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	背中美人ヨガ (60分)					
未定	E.Yuuka	F.Runu					
21:00 ~ 21:45	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00					
Beat Drum Diet 3.0 (45分)	スタンダード 60 (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)					
K.Mana	未定	E.Yuuka					