

loive ゆめタウン姫路店		【 07/01 ~ 07/08 】		スケジュール		2026/07/19 更新	
07/01	07/02	07/03	07/04	07/05	07/06	07/07	07/08
水	木	金	土	日	月	火	水
10:00 ~ 11:00	10:00 ~ 11:00	10:00 ~ 11:00	10:00 ~ 11:00	10:00 ~ 11:00	定休日	10:00 ~ 11:00	10:00 ~ 11:00
骨盤矯正ヨガ (60分)	滝汗ダイエット (60分)	スタンダード 60 (60分)	パワーヨガ Advance (会員権限定) (60分)	はじめてのホットピラティス (60分)		アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分)
T.kumi	F.Karen	Y.Masaki	T.kumi	F.Karen		Y.Masaki	T.Yoshiko
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
二の腕引き締めヨガ (60分)	免疫セラピーヨガ (60分)	はじめてのホットピラティス (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)		骨盤矯正ヨガ (60分)	パワーヨガ Advance (会員権限定) (60分)
K.Mana	T.kumi	F.Karen	Y.Masaki	T.Yoshiko		T.kumi	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
全身とのお腹たまんまヨガ (60分)	骨盤底筋トレーニングヨガ (60分)	スリムアッププレス (60分)	美ボディフローピラティス (60分)	育中美人ヨガ (60分)		美ボディフローピラティス (60分)	お腹引き締めヨガ (60分)
T.kumi	F.Karen	Y.Masaki	T.Yoshiko	T.kumi		Y.Masaki	T.Yoshiko
15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00
セルトル美脚ヨガ (60分)	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)	スタンダード 60 (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)	営業時間外
T.kumi	T.kumi	K.Mana	Y.Masaki	F.Karen		T.kumi	
営業時間外	営業時間外	営業時間外	16:40 ~ 17:40	16:40 ~ 17:40			
			腸活ヨガ ver.2 (60分)	お腹引き締めヨガ (60分)			
			T.kumi	T.Yoshiko			
			18:30 ~ 19:30				
スリムアッププレス (60分)							
T.Yoshiko							
17:40 ~ 18:40	17:40 ~ 18:40	17:40 ~ 18:40	営業時間外	17:40 ~ 18:40		17:40 ~ 18:40	
リンパデトックスヨガ (60分)	育中美人ヨガ (60分)	ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分)		骨盤底筋トレーニングヨガ (60分)		滝汗ダイエット (60分)	
F.Karen	T.Yoshiko	T.Yoshiko		F.Karen		F.Karen	
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)	スタンダード 60 (60分)	はじめてのパワーヨガ (会員権限定) (60分)		二の腕引き締めヨガ (60分)		スタンダード 60 (60分)	
K.Mana	K.Mana	K.Mana		K.Mana		K.Mana	
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 HERBAL RELAX (60分)	子宮温活ヨガ (60分)	お腹引き締めヨガ (60分)		リンパデトックスヨガ (60分)		はじめてのホットピラティス (60分)	
F.Karen	T.Yoshiko	T.Yoshiko		F.Karen		F.Karen	

loive ゆめタウン姫路店		【 07/09 ~ 07/16 】		スケジュール		2026/07/19	更新
07/09	07/10	07/11	07/12	07/13	07/14	07/15	07/16
木	金	土	日	月	火	水	木
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
スタンダード60 (60分)	育中美人ヨガ (60分)	骨盤底筋トレーニングヨガ (60分)	二の腕引き締めヨガ (60分)		はじめてのパワーヨガ (会員権限定) (60分)	セルトル美脚ヨガ (60分)	子宮温活ヨガ (60分)
K.Mana	T.Yoshiko	F.Karen	K.Mana		Y.Masaki	T.kumi	T.kumi
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
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)	セルトル美脚ヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)		全身とのお 腹たまんまヨガ (60分)	骨盤底筋トレーニングヨガ (60分)	アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)
K.Momoyo	Y.Masaki	T.kumi	F.Karen		K.Mana	F.Karen	T.kumi
13:20 ~ 14:20	13:10 ~ 13:20	13:20 ~ 14:20	13:10 ~ 13:20		13:20 ~ 14:20	13:10 ~ 13:20	13:20 ~ 14:50
loiveのWorkout MIX (60分)	【アサナ解説】英雄 1のポーズ	はじめてのホットピラティス (60分)	【アサナ解説】マリチのポーズ		リンパデトックスヨガ (60分)	【アサナ解説】英雄 1のポーズ	EXパワーヨガ (会員権限定) (90分)
K.Mana	T.kumi	F.Karen	K.Mana		Y.Masaki	T.kumi	T.Yoshiko
営業時間外	13:20 ~ 14:20	15:00 ~ 16:00	13:20 ~ 14:20		15:00 ~ 16:00	13:20 ~ 14:20	営業時間外
	全身とのお 腹たまんまヨガ (60分)	免疫セラピーヨガ (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)		loiveのWorkout MIX (60分)	スタンダード60 (60分)	
	T.kumi	T.kumi	K.Mana		K.Mana	T.kumi	
	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 16:40	15:00 ~ 16:00				
	はじめてのパワーヨガ (会員権限定) (60分)	【アサナ解説】コブラのポーズ	滝汗ダイエットヨガ (60分)				
Y.Masaki		F.Karen	F.Karen		営業時間外		
17:40 ~ 18:40	営業時間外	16:40 ~ 17:40	16:40 ~ 17:40	定休日	17:40 ~ 18:40		17:30 ~ 17:40
全身とのお 腹たまんまヨガ (60分)		アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	美ボディフロー ピラティス (60分)		アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)		【アサナ解説】マリチのポーズ
K.Mana			K.Mana		F.Karen		K.Mana
19:10 ~ 19:20	17:40 ~ 18:40	18:30 ~ 19:30			19:20 ~ 20:20	17:40 ~ 18:40	17:40 ~ 18:40
【アサナ解説】ダウンドック	loiveのWorkout MIX (60分)	パワーヨガ Advance (会員権限定) (60分)			ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分)	美ボディフロー ピラティス (60分)	腸活ヨガ ver.2 (60分)
T.Yoshiko	K.Mana	T.kumi	営業時間外		T.Yoshiko	T.Yoshiko	K.Mana
19:20 ~ 20:20	19:20 ~ 20:20			20:50 ~ 21:00	19:20 ~ 20:20	19:20 ~ 20:20	
子宮温活ヨガ (60分)	アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)			【アサナ解説】コブラのポーズ	育中美人ヨガ (60分)	はじめてのホットピラティス (60分)	
T.Yoshiko	T.Yoshiko			F.Karen	F.Karen	F.Karen	
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
スリムアッププレス (60分)	腸活ヨガ ver.2 (60分)			滝汗ダイエットヨガ (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)	
T.Yoshiko	K.Mana			F.Karen	T.Yoshiko	K.Mana	

love ゆめタウン姫路店			【 07/17 ~ 07/24 】	スケジュール		2026/07/19	更新
07/17	07/18	07/19	07/20	07/21	07/22	07/23	07/24
金	土	日	月	火	水	木	金
10:00 ~ 11:00	10:00 ~ 11:00	10:00 ~ 11:00	定休日	10:00 ~ 11:00	10:00 ~ 11:00	10:00 ~ 11:00	10:00 ~ 11:00
アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (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)	リンパデトックスヨガ (60分)	お腹引き締めヨガ (60分)	骨盤矯正ヨガ (60分)
Y.Masaki	T.Yoshiko	K.Mana		F.Karen	T.Yoshiko	F.Karen	T.kumi
11:30 ~ 11:40	11:40 ~ 12:40	11:40 ~ 12:40		11:40 ~ 12:40	11:40 ~ 12:40	11:40 ~ 12:40	11:40 ~ 12:40
【アサナ解説】ダウンドック	肩活ヨガ ver.2 (60分)	パワーヨガ Advance (会員権限定) (60分)		スリムアッププレス (60分)	美ボディフロー ピラティス (60分)	全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分)	スタンダード 60 (60分)
T.Yoshiko	K.Mana	T.kumi		T.Yoshiko	K.Mana	K.Mana	Y.Masaki
11:40 ~ 12:40	13:20 ~ 14:20	13:10 ~ 13:20		13:20 ~ 14:20	13:20 ~ 14:20	13:20 ~ 14:20	13:20 ~ 14:20
お腹引き締めヨガ (60分)	アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)	【アサナ解説】コブラのポーズ		スタンダード 60 (60分)	はじめてのパワーヨガ (会員権限定) (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	背中美人ヨガ (60分)
T.Yoshiko	T.kumi	F.Karen		F.Karen	T.Yoshiko	K.Mana	T.kumi
13:20 ~ 14:20	15:00 ~ 16:00	13:20 ~ 14:20		14:50 ~ 15:00	営業時間外	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00
骨盤矯正ヨガ (60分)	はじめてのパワーヨガ (会員権限定) (60分)	はじめてのホットピラティス (60分)		【アサナ解説】ダウンドック		滝汗ダイエットヨガ (60分)	アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)
Y.Masaki	T.Yoshiko	F.Karen		T.Yoshiko		F.Karen	Y.Masaki
15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 16:40	15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00		営業時間外	営業時間外
美ボディフロー ピラティス (60分)	【アサナ解説】マリチのポーズ	loveのWorkout MIX (60分)		ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分)			
T.Yoshiko	K.Mana	K.Mana		T.Yoshiko			
営業時間外	16:40 ~ 17:40	16:40 ~ 17:40		営業時間外	17:30 ~ 17:40		
	背中美人ヨガ (60分)	全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分)	【アサナ解説】英雄 1のポーズ				
	K.Mana	T.kumi		T.kumi			
17:40 ~ 18:40	18:30 ~ 19:30	営業時間外	17:40 ~ 18:40	17:40 ~ 18:40	17:40 ~ 18:40	17:40 ~ 18:40	
二の腕引き締めヨガ (60分)	免疫セラピーヨガ (60分)		リンパデトックスヨガ (60分)	セルトル美脚ヨガ (60分)	はじめてのホットピラティス (60分)	滝汗ダイエットヨガ (60分)	
K.Mana	T.kumi		K.Mana	T.kumi	F.Karen	F.Karen	
19:20 ~ 20:20	営業時間外		19:20 ~ 20:20	19:20 ~ 20:20	19:20 ~ 20:20	19:20 ~ 20:20	
リンパデトックスヨガ (60分)			アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (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)	美ボディフロー ピラティス (60分)	
F.Karen			T.Yoshiko	F.Karen	未定	T.Yoshiko	
21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分)			loveのWorkout MIX (60分)	全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分)	パワーヨガ Advance (会員権限定) (60分)	骨盤底筋トレーニングヨガ (60分)	
K.Mana			K.Mana	T.kumi	T.kumi	F.Karen	

love ゆめタウン姫路店		【 07/25 ~ 07/31 】	スケジュール		2026/07/19	更新				
07/25	07/26	07/27	07/28	07/29	07/30	07/31				
土	日	月	火	水	木	金				
10:00 ~ 11:00	10:00 ~ 11:00	定休日	10:00 ~ 11:00	10:00 ~ 11:00	10:00 ~ 11:00	10:00 ~ 11:00				
美ボディフロー ピラティス (60分)	スタンダード 60 (60分)		背中美人ヨガ (60分)	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)	スリムアッププレス (60分)				
Y.Masaki	未定		Y.Masaki	F.Karen	T.Yoshiko	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				
セルトル美脚ヨガ (60分)	子宮温活ヨガ (60分)		骨盤矯正ヨガ (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)	子宮温活ヨガ (60分)				
T.kumi	T.Yoshiko		T.kumi	T.Yoshiko	未定	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				
リンパデトックスヨガ (60分)	二の腕引き締めヨガ (60分)		お腹引き締めヨガ (60分)	骨盤底筋トレーニングヨガ (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)				
F.Karen	K.Mana		F.Karen	F.Karen	T.Yoshiko	Y.Masaki				
15:00 ~ 16:00	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			
スリムアッププレス (60分)	はじめてのパワーヨガ (会員権限定) (60分)			セルトル美脚ヨガ (60分)	アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	パワーヨガ Advance (会員権限定) (60分)				
T.Yoshiko	T.Yoshiko			T.kumi	T.kumi	T.kumi				
16:40 ~ 17:40	16:40 ~ 17:40			営業時間外	営業時間外	営業時間外	営業時間外			
スタンダード 60 (60分)	肩活ヨガ ver.2 (60分)									
未定	K.Mana									
18:30 ~ 19:30	営業時間外							営業時間外	営業時間外	営業時間外
loveのWorkout MIX (60分)										
K.Mana										
営業時間外										
	17:40 ~ 18:40			17:40 ~ 18:40	17:40 ~ 18:40	17:40 ~ 18:40				
	はじめてのホットピラティス (60分)			loveのWorkout MIX (60分)	スタンダード 60 (60分)	骨盤底筋トレーニングヨガ (60分)				
	F.Karen			K.Mana	未定	F.Karen				
	18:50 ~ 20:20		19:20 ~ 20:20	19:20 ~ 20:20	19:20 ~ 20:20					
EXパワーヨガ (会員権限定) (90分)	スタンダード 60 (60分)		免疫セラピーヨガ (60分)	loveのWorkout MIX (60分)						
T.Yoshiko	未定		T.kumi	K.Mana						
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)	骨盤矯正ヨガ (60分)		背中美人ヨガ (60分)	アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)						
未定	T.kumi	T.kumi	F.Karen							