

| 07/01 | 07/02 | 07/03 | 07/04 | 07/05 | 07/06 | 07/07 | 07/08 | | | | |
|--|-------|---|--|--|-------|--|--|--|--|--|---|
| 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | 月 | 火 | 水 | | | | |
| 10:30 ~ 11:40 ティープレスヨガ (70分) K.Momoyo | 営業時間外 | 10:30 ~ 11:30 Sound Feel Yoga ver.2(60分) K.Momoyo | 10:30 ~ 11:30 骨盤底筋トレーニングヨガ (60分) F.Natsuka | 10:30 ~ 11:30 お腹引き締めヨガ (60分) F.Natsuka | 定休日 | 10:30 ~ 11:30 子宮温活ヨガ (60分) O.Yuka | 10:30 ~ 11:30 お腹引き締めヨガ (60分) F.Natsuka | | | | |
| 12:15 ~ 13:00 Beat Drum Diet 3.0 (45分) K.Momoyo | | 12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) H.Akari | 12:15 ~ 13:15 エアロピヨガ (60分) O.Yuka | 12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) H.Akari | | 12:15 ~ 13:15 もも尻ヨガティス (60分) O.Yuka | 12:15 ~ 13:15 免疫セラピーヨガ (60分) F.Natsuka | | | | |
| 14:00 ~ 15:00 はじめてのパワーヨガ (会員権限定) (60分) F.Natsuka | | 14:00 ~ 15:00 肩コリラックスヨガ (60分) K.Momoyo | 14:00 ~ 15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) K.Momoyo | 14:00 ~ 15:00 免疫セラピーヨガ (60分) F.Natsuka | | 14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分) H.Akari | 営業時間外 | | | | |
| 営業時間外 | | 営業時間外 | 15:45 ~ 16:45 子宮温活ヨガ (60分) O.Yuka | 15:45 ~ 16:45 スタンダード60 (60分) H.Akari | | 営業時間外 | | | | | |
| | | | 17:30 ~ 18:30 背中美人ヨガ (60分) K.Momoyo | 営業時間外 | | | | | | | |
| | | | 17:30 ~ 18:30 お腹引き締めヨガ (60分) F.Natsuka | | | | | 17:00 ~ 18:00 肩活ヨガ ver.2 (60分) K.Momoyo | | | |
| | | | 19:15 ~ 20:15 滝汗ダイエットヨガ (60分) O.Yuka | | | | | 19:15 ~ 20:15 子宮温活ヨガ (60分) O.Yuka | 19:15 ~ 20:15 スタンダード60 (60分) H.Akari | 19:15 ~ 20:15 はじめてのパワーヨガ (会員権限定) (60分) F.Natsuka | 18:45 ~ 19:45 もも尻ヨガティス (60分) O.Yuka |
| | | | 21:00 ~ 22:00 リンパデトックスヨガ (60分) O.Yuka | | | | | 21:00 ~ 22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) F.Natsuka | 21:00 ~ 22:00 もも尻ヨガティス (60分) O.Yuka | 21:00 ~ 22:00 肩コリラックスヨガ (60分) K.Momoyo | 20:30 ~ 22:00 アドンス90 (会員権限定) (90分) K.Momoyo |

| 07/09 | 07/10 | 07/11 | 07/12 | 07/13 | 07/14 | 07/15 | 07/16 | | | | | | | |
|-------|--|---|--|-------|---|---|-------|--|-------|--|--|---|--|---|
| 木 | 金 | 土 | 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | | | | | | | |
| 営業時間外 | 10:20 ~ 10:30 【アサナ解説】コブラのポーズ H.Akari | 10:20 ~ 10:30 【アサナ解説】英雄1のポーズ K.Momoyo | 10:30 ~ 11:30 もも尻ヨガティス (60分) O.Yuka | 定休日 | 10:30 ~ 11:30 背中美人ヨガ (60分) K.Momoyo | 10:30 ~ 11:30 肩活ヨガ ver.2 (60分) K.Momoyo | 営業時間外 | | | | | | | |
| | 10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分) H.Akari | 10:30 ~ 11:30 肩コリラックスヨガ (60分) K.Momoyo | 12:15 ~ 13:15 子宮温活ヨガ (60分) O.Yuka | | 12:15 ~ 13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) K.Momoyo | 12:15 ~ 13:15 IoloveのWorkout MIX (60分) K.Momoyo | | | | | | | | |
| | 12:15 ~ 13:15 滝汗ダイエットヨガ (60分) O.Yuka | 12:15 ~ 13:25 ティープレスヨガ (70分) F.Natsuka | 13:50 ~ 14:00 【アサナ解説】コブラのポーズ H.Akari | | 14:00 ~ 15:00 エアロピヨガ (60分) O.Yuka | 営業時間外 | | | | | | | | |
| | 14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分) H.Akari | 14:00 ~ 15:00 IoloveのWorkout MIX (60分) K.Momoyo | 14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分) H.Akari | | 営業時間外 | | | | | | | | | |
| | 営業時間外 | 営業時間外 | 15:45 ~ 16:45 はじめてのパワーヨガ (60分) O.Yuka | | | | | 15:45 ~ 16:45 リンパデトックスヨガ (60分) O.Yuka | 営業時間外 | | | | | |
| | | | 17:20 ~ 17:30 【アサナ解説】ダウンドック F.Natsuka | | | | | 17:30 ~ 18:30 お腹引き締めヨガ (60分) F.Natsuka | | 17:30 ~ 18:30 骨盤底筋トレーニングヨガ (60分) F.Natsuka | 17:30 ~ 18:30 スタンダード60 (60分) H.Akari | 17:30 ~ 18:30 IoloveのWorkout MIX (60分) K.Momoyo | | |
| | | | 17:30 ~ 18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) F.Natsuka | | | | | 17:30 ~ 18:30 はじめてのパワーヨガ (会員権限定) (60分) F.Natsuka | | 営業時間外 | 19:15 ~ 20:15 お腹引き締めヨガ (60分) F.Natsuka | 19:05 ~ 19:15 【アサナ解説】ダウンドック F.Natsuka | 19:15 ~ 20:15 はじめてのパワーヨガ (60分) O.Yuka | |
| | | | 19:15 ~ 20:15 IoloveのWorkout MIX (60分) K.Momoyo | | | | | 19:15 ~ 20:15 リンパデトックスヨガ (60分) O.Yuka | | | 20:50 ~ 21:00 【アサナ解説】コブラのポーズ H.Akari | 19:15 ~ 20:15 免疫セラピーヨガ (60分) F.Natsuka | 20:50 ~ 21:00 【アサナ解説】マリのポーズ O.Yuka | |
| | | | 21:00 ~ 22:00 免疫セラピーヨガ (60分) F.Natsuka | | | | | 21:00 ~ 22:00 お腹引き締めヨガ (60分) F.Natsuka | | | 営業時間外 | 21:00 ~ 22:00 スタンダード60 (60分) H.Akari | 21:00 ~ 22:00 はじめてのパワーヨガ (会員権限定) (60分) F.Natsuka | 21:00 ~ 22:00 子宮温活ヨガ (60分) O.Yuka |

| 07/17 | 07/18 | 07/19 | 07/20 | 07/21 | 07/22 | 07/23 | 07/24 | | | | | |
|--|---|---|---|--|--|---|--|---|---|--|---|--|
| 金 | 土 | 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | | | | | |
| 10:20 ~ 10:30 【アサナ解説】マリチのポーズ O.Yuka | 10:30 ~ 11:30 滝汗ダイクヨガ (60分) O.Yuka | 10:30 ~ 11:30 loveのWorkout MIX (60分) K.Momoyo | 定休日 | 10:30 ~ 11:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分) K.Momoyo | 10:20 ~ 10:30 【アサナ解説】ダウンドック F.Natsuka | 営業時間外 | 10:30 ~ 11:30 エアロビヨガ (60分) O.Yuka | | | | | |
| 10:30 ~ 11:30 リンパデトックスヨガ (60分) O.Yuka | 12:05 ~ 12:15 【アサナ解説】ダウンドック F.Natsuka | 12:15 ~ 13:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) F.Natsuka | | 12:15 ~ 13:15 免疫セラピーヨガ (60分) F.Natsuka | 12:15 ~ 13:15 免疫セラピーヨガ (60分) F.Natsuka | | 12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) H.Akari | | | | | |
| 12:15 ~ 13:45 アドハンス90 (会員様限定) (90分) K.Momoyo | 12:15 ~ 13:15 骨盤底筋トレーニングヨガ (60分) F.Natsuka | 13:50 ~ 14:00 【アサナ解説】美蓮 1のポーズ K.Momoyo | | 13:50 ~ 14:00 【アサナ解説】美蓮 1のポーズ K.Momoyo | 12:15 ~ 13:15 Sound Feel Yoga ver.2(60分) K.Momoyo | | 14:00 ~ 15:00 リンパデトックスヨガ (60分) O.Yuka | | | | | |
| 14:30 ~ 15:30 滝汗ダイクヨガ (60分) O.Yuka | 14:00 ~ 15:00 はじめてのホットピラティス (60分) O.Yuka | 14:00 ~ 15:00 腸活ヨガ ver.2 (60分) K.Momoyo | | 14:00 ~ 15:10 ディーププレスヨガ (70分) K.Momoyo | 14:00 ~ 15:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) K.Momoyo | | 営業時間外 | | | | | |
| 営業時間外 | 15:45 ~ 16:45 お腹引き締めヨガ (60分) F.Natsuka | 15:45 ~ 16:55 ディーププレスヨガ (70分) F.Natsuka | | 営業時間外 | 営業時間外 | | | | | | | |
| | 17:30 ~ 18:30 スタンダード60 (60分) H.Akari | 営業時間外 | | | | | | | | | | |
| | 17:30 ~ 18:30 スタンダード60 (60分) H.Akari | | | | | | | | | | | |
| 19:15 ~ 20:00 Beat Drum Diet 3.0 (45分) K.Momoyo | 営業時間外 | | | | | | | 17:30 ~ 18:30 お腹引き締めヨガ (60分) F.Natsuka | 17:30 ~ 18:30 滝汗ダイクヨガ (60分) O.Yuka | 17:30 ~ 18:30 免疫セラピーヨガ (60分) F.Natsuka | | |
| 21:00 ~ 22:00 スタンダード60 (60分) H.Akari | | | | | | | | 19:15 ~ 20:15 子宮温活ヨガ (60分) O.Yuka | 19:15 ~ 20:15 エアロビヨガ (60分) O.Yuka | 19:15 ~ 20:15 腸活ヨガ ver.2 (60分) K.Momoyo | 19:15 ~ 20:15 スタンダード60 (60分) H.Akari | |
| 営業時間外 | | | | | | | | 営業時間外 | 営業時間外 | 21:00 ~ 22:00 滝汗ダイクヨガ (60分) O.Yuka | 21:00 ~ 22:00 はじめてのホットピラティス (60分) O.Yuka | 21:00 ~ 22:00 loveのWorkout MIX (60分) K.Momoyo |
| | | | 21:00 ~ 22:00 スタンダード60 (60分) H.Akari | | | 21:00 ~ 22:00 子宮温活ヨガ (60分) O.Yuka | | | | 21:00 ~ 22:00 エアロビヨガ (60分) O.Yuka | 21:00 ~ 22:00 腸活ヨガ ver.2 (60分) K.Momoyo | 21:00 ~ 22:00 スタンダード60 (60分) H.Akari |
| | | | 21:00 ~ 22:00 スタンダード60 (60分) H.Akari | | | 21:00 ~ 22:00 お腹引き締めヨガ (60分) F.Natsuka | | | | 21:00 ~ 22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) F.Natsuka | 21:00 ~ 22:00 骨盤底筋トレーニングヨガ (60分) F.Natsuka | 21:00 ~ 22:00 骨盤底筋トレーニングヨガ (60分) F.Natsuka |
| | | | 21:00 ~ 22:00 スタンダード60 (60分) H.Akari | | | 21:00 ~ 22:00 子宮温活ヨガ (60分) O.Yuka | | | | 21:00 ~ 22:00 エアロビヨガ (60分) O.Yuka | 21:00 ~ 22:00 腸活ヨガ ver.2 (60分) K.Momoyo | 21:00 ~ 22:00 スタンダード60 (60分) H.Akari |

| 07/25 | 07/26 | 07/27 | 07/28 | 07/29 | 07/30 | 07/31 | | | | | | | | |
|--|--|-------|---|---|-------|---|---|-------|---|--|---|--|---|---|
| 土 | 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | | | | | | | | |
| 10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分) H.Akari | 10:30 ~ 11:30 子宮温活ヨガ (60分) O.Yuka | 定休日 | 10:30 ~ 11:30 はじめてのホットピラティス (60分) O.Yuka | 10:30 ~ 12:00 アドハンス90 (会員様限定) (90分) K.Momoyo | 営業時間外 | 10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分) F.Runa | | | | | | | | |
| 12:15 ~ 13:15 loveのWorkout MIX (60分) K.Momoyo | 12:15 ~ 13:15 お腹引き締めヨガ (60分) F.Natsuka | | 12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) F.Runa | 12:45 ~ 13:45 滝汗ダイクヨガ (60分) O.Yuka | | 12:15 ~ 13:15 骨盤底筋トレーニングヨガ (60分) F.Natsuka | | | | | | | | |
| 14:00 ~ 15:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) F.Natsuka | 14:00 ~ 15:00 もも尻ヨガティス (60分) O.Yuka | | 14:00 ~ 15:00 子宮温活ヨガ (60分) O.Yuka | 営業時間外 | | 営業時間外 | 14:00 ~ 15:00 お腹引き締めヨガ (60分) F.Natsuka | | | | | | | |
| 15:45 ~ 16:45 肩コリラックスヨガ (60分) K.Momoyo | 15:45 ~ 16:45 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) F.Natsuka | | 営業時間外 | | | | 営業時間外 | 営業時間外 | | | | | | |
| 17:30 ~ 18:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) F.Natsuka | 営業時間外 | | | | | | | | 17:30 ~ 18:30 スタンダード60 (60分) H.Akari | 17:30 ~ 18:30 肩コリラックスヨガ (60分) K.Momoyo | 17:30 ~ 18:40 ディーププレスヨガ (70分) F.Natsuka | 17:30 ~ 18:30 腸活ヨガ ver.2 (60分) K.Momoyo | | |
| 営業時間外 | | | | | | | | | 営業時間外 | 19:15 ~ 20:15 Sound Feel Yoga ver.2(60分) K.Momoyo | 19:15 ~ 20:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) F.Natsuka | 19:15 ~ 20:15 スタンダード60 (60分) F.Runa | 19:15 ~ 20:15 もも尻ヨガティス (60分) O.Yuka | |
| | | | | | | | | | | 21:00 ~ 22:00 腸活ヨガ ver.2 (60分) K.Momoyo | 21:00 ~ 22:00 お腹引き締めヨガ (60分) F.Natsuka | 21:00 ~ 22:00 骨盤底筋トレーニングヨガ (60分) F.Natsuka | 21:00 ~ 22:00 背中美人ヨガ (60分) K.Momoyo | |
| | | | | | | | | | | 21:00 ~ 22:00 スタンダード60 (60分) H.Akari | 21:00 ~ 22:00 子宮温活ヨガ (60分) O.Yuka | 21:00 ~ 22:00 エアロビヨガ (60分) O.Yuka | 21:00 ~ 22:00 腸活ヨガ ver.2 (60分) K.Momoyo | 21:00 ~ 22:00 スタンダード60 (60分) H.Akari |
| | | | | | | | | | | 21:00 ~ 22:00 スタンダード60 (60分) H.Akari | 21:00 ~ 22:00 お腹引き締めヨガ (60分) F.Natsuka | 21:00 ~ 22:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) F.Natsuka | 21:00 ~ 22:00 骨盤底筋トレーニングヨガ (60分) F.Natsuka | 21:00 ~ 22:00 骨盤底筋トレーニングヨガ (60分) F.Natsuka |