

スケジュール

2025/12/04

更新

12/01	12/02	12/03	12/04	12/05	12/06	12/07	12/08	
月	火	水	木	金	土	日	月	
定休日	10:30 ~ 11:30 骨盤矯正ヨガ (60分) 小塩	10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分) 横山	営業時間外	10:30 ~ 11:30 二の腕引き締めヨガ (60分) 小塩	10:30 ~ 11:30 Sound Feel Yoga ver.2(60分) 西村	10:30 ~ 11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 岩本	定休日	
	12:15 ~ 13:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 岩本	12:15 ~ 13:15 セルトル美脚ヨガ (60分) 小塩		12:15 ~ 13:15 骨盤矯正ヨガ (60分) 小塩	12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) 小塩	12:15 ~ 13:15 リンパドレックスヨガ (60分) 横山		
	14:00 ~ 15:00 エアロビヨガ (60分) 小塩	14:00 ~ 15:00 リンパドレックスヨガ (60分) 横山		14:00 ~ 15:00 はじめてのバク-ヨガ (金員権限定) (60分) 岩本	14:00 ~ 15:00 眠れる体に整えるヨガ (60分) 岩本	14:00 ~ 15:00 もも尻ヨガティス (60分) 岩本		
	営業時間外	営業時間外		営業時間外	15:45 ~ 16:45 エアロビヨガ (60分) 小塩	15:45 ~ 16:45 肩コリリラックスヨガ (60分) 横山		
					17:30 ~ 18:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) 岩本	営業時間外		
					営業時間外			営業時間外
	17:30 ~ 18:30 ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分) 山内	17:30 ~ 18:30 肩コリリラックスヨガ (60分) 横山		17:30 ~ 18:30 お腹引き締めヨガ (60分) 岩本	営業時間外	営業時間外		
	19:15 ~ 20:15 はじめてのホットピラティス (60分) 岩本	19:15 ~ 20:15 二の腕引き締めヨガ (60分) 小塩		19:00 ~ 20:30 アドハチン90 (金員権限定) (90分) 児玉				19:15 ~ 20:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 岩本
	21:00 ~ 22:00 SUMOYOGA 四肢コアイン (60分) 山内	21:00 ~ 22:00 もも尻ヨガティス (60分) 西村		21:00 ~ 22:00 スタンダード60 (60分) 横山				21:00 ~ 22:00 リンパドレックスヨガ (60分) 横山

スケジュール

2025/12/04

更新

12/09	12/10	12/11	12/12	12/13	12/14	12/15	12/16
火	水	木	金	土	日	月	火
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:20 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30
みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分)	二の腕引き締めヨガ (60分)		骨盤矯正ヨガ (60分)	【アサナ解説】マリのポーズ	スタンダード60 (60分)		もも尻ヨガティス (60分)
岩本	小塩		小塩	堀	横山		岩本
12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15	10:30 ~ 11:30	12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15
骨盤矯正ヨガ (60分)	はじめてのホットピラティス (80分)		スタンダード 60 (60分)	Share the love yoga	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)
小塩	岩本		横山	堀	岩本		岩本
14:00 ~ 15:00			14:00 ~ 15:00	11:50 ~ 12:00	14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00
アロマリラクソスヨガ HERBAL RELAX (60分)			セルトル美顔ヨガ (60分)	【アサナ解説】英雄 1のポーズ	リンパデトックスヨガ (60分)		スタンダード 60 (60分)
岩本			小塩	横山	横山		横山
営業時間外	営業時間外	営業時間外	営業時間外	12:00 ~ 13:30	15:45 ~ 16:45		営業時間外
				ステップアップアサナ WS	はじめてのホットピラティス (60分)		
				横山	岩本		
				13:50 ~ 14:00			
				【アサナ解説】半月のポーズ			
				岩本			
				14:00 ~ 14:45			
				Movie Heroine Yoga (45分)			
				岩本			
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	15:35 ~ 15:45			17:30 ~ 18:30
スタンダード 60 (60分)	骨盤矯正ヨガ (60分)	二の腕引き締めヨガ (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	【アサナ解説】コブラのポーズ			セルトル美顔ヨガ (60分)
小塩	小塩	小塩	横山	小塩			小塩
19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	15:45 ~ 16:45			19:15 ~ 20:15
エアロヨガ (60分)	みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分)	骨盤矯正ヨガ (60分)	スタンダード 60 (60分)	フェスタ特別レッスン			肩こりラックスヨガ (60分)
小塩	岩本	小塩	横山	小塩			横山
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00
パワーヨガ Advance (食具検定) (60分)	Sound Feel Yoga ver.2(60分)	免疫セラピーヨガ (60分)	アロマリラクソスヨガ FRUITY DIET (60分)				リンパデトックスヨガ (60分)
西村	岩本	西村	西村				小塩

loive プレスポ島酒造		【 12/17 ~ 12/24 】		スケジュール		2025/12/04 更新			
12/17	12/18	12/19	12/20	12/21	12/22	12/23	12/24		
水	木	金	土	日	月	火	水		
10:30 ~ 11:30 リンパデトックスヨガ (60分) 横山	営業時間外	10:30 ~ 11:30 エアロビヨガ (60分) 小塩	10:30 ~ 11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 岩本	10:30 ~ 12:00 アド・ハンス 90 (会員権限定) (90分) 児玉	定休日	10:30 ~ 11:30 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 岩本	10:30 ~ 11:30 SUMOYOGA 四肢ヨガ12分 (60分) 山内		
12:15 ~ 13:15 スタンダード 60 (60分) 横山		12:15 ~ 13:15 リンパデトックスヨガ (60分) 横山	12:15 ~ 13:15 パワーヨガ Advance (会員権限定) (60分) 西村	12:30 ~ 13:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) 岩本		12:15 ~ 13:15 リンパデトックスヨガ (60分) 小塩	12:15 ~ 13:15 青雲矯正ヨガ (60分) 小塩		
14:00 ~ 15:00 お腹引き締めヨガ (60分) 岩本		14:00 ~ 15:00 肩コリラックスヨガ (60分) 横山	14:00 ~ 15:00 スタンダード 60 (60分) 小塩	14:00 ~ 15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 児玉		14:00 ~ 15:00 Sound Feel Yoga ver.2 (60分) 岩本	営業時間外		
営業時間外		営業時間外	営業時間外	15:45 ~ 16:45 免疫セラピーヨガ (60分) 岩本		15:45 ~ 16:30 Movie Heroine Yoga (45分) 岩本		営業時間外	
				17:30 ~ 18:30 セルトル美脚ヨガ (60分) 小塩		営業時間外			
				営業時間外					営業時間外
19:15 ~ 20:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (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 美ボディフロー ピラティス (60分) 児玉	19:15 ~ 20:15 二の腕引き締めヨガ (60分) 小塩		19:15 ~ 20:15 スタンダード 60 (60分) 横山			
21:00 ~ 22:00 二の腕引き締めヨガ (60分) 小塩	21:00 ~ 22:00 はじめてのホットピラティス (60分) 岩本	21:00 ~ 22:00 青雲矯正ヨガ (60分) 小塩	21:00 ~ 22:00 スタンダード 60 (60分) 横山	21:00 ~ 22:00 眠れる体に整えるヨガ (60分) 岩本					

loive プレスポ島酒造		【 12/25 ~ 12/30 】		スケジュール		2025/12/04	更新
12/25	12/26	12/27	12/28	12/29	12/30	12/31	
木	金	土	日	月	火	水	
営業時間外	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	定休日	年末年始休業	年末年始休業	
	スタンダード 60 (60分)	肩こりリラックスヨガ (60分)	骨盤矯正ヨガ (60分)				
	横山	横山	小塩				
	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15				
	お腹引き締めヨガ (60分)	エアロビヨガ (60分)	スタンダード 60 (60分)				
	岩本	小塩	横山				
	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00				
	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)	肩こりリラックスヨガ (60分)				
	横山	岩本	横山				
	営業時間外	15:45 ~ 16:45	15:45 ~ 17:45				
		もも尻ヨガティス (60分)	108回太極礼拝 (120分)				
		岩本	小塩				
		17:30 ~ 18:30					
スタンダード 60 (60分)							
横山	営業時間外						
営業時間外							
		17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30				
		アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	はじめてのパワーヨガ (会員権限定) (60分)				
		岩本	岩本				
	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15					
骨盤矯正ヨガ (60分)	はじめてのホットピラティス (60分)						
小塩	岩本						
21:00 ~ 21:45	21:00 ~ 22:00						
Movie Heroine Yoga (45分)	ボールでゆるめて ゆがみとりヨガ (60分)						
岩本	岩本						