

Ilove イオンモール高松店 【 07/17 ~ 07/24 】 スケジュール								2025/07/04	更新
07/17	07/18	07/19	07/20	07/21	07/22	07/23	07/24		
木	金	土	日	月	火	水	木		
		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:20 ~ 10:30					
		はじめのパワーヨガ 【会員様限定】(60分)	スタンダード60 (60分)	アサナ解説 【ナラジャーサナ】					
		鶴田	伊藤	三澤					
		12:15 ~ 13:15	12:05 ~ 12:15	10:30 ~ 11:30					
		オトナのための オールインワンヨガ (60分)	アサナ解説 【脚脚前屈】	肩コリラックスヨガ (60分)					
		三澤	松田	三澤					
		14:00 ~ 15:00	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15					
		子宮温活ヨガ (60分)	セルトルヒートヨガ (60分)	DANCE MASTER PROJECT ~Rock this Party MIX~ (60分)					
		三澤	松田	竹内					
			14:00 ~ 14:45	14:00 ~ 15:00					
			ピラティス ポートキャンプ (45分)	リンパデトックスヨガ (60分)					
			三澤	伊藤					
17:20 ~ 17:30	17:30 ~ 18:30	15:45 ~ 16:45	15:45 ~ 16:45						
		アサナ解説 【ダウンドッグ】	スタンダード60 (60分)	肩コリラックスヨガ (60分)	はじめのパワーヨガ 【会員様限定】(60分)				
		竹内	伊藤	三澤	鶴田				
17:30 ~ 18:30	19:05 ~ 20:05	17:30 ~ 18:30							
		みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分)	Sound Feel Yoga ver.2(60分)	ホットピラティス (60分)					
		竹内	鶴田	松田					
19:05 ~ 20:05	20:30 ~ 20:40								
		二の脚引き締めヨガ (60分)	アサナ解説 【ハイランジ】						
		竹内	伊藤						
20:40 ~ 21:40	20:40 ~ 21:40								
		オトナのための オールインワンヨガ (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)						
		三澤	伊藤						

Ilove イオンモール高松店 【 07/25 ~ 07/31 】 スケジュール								2025/07/04	更新
07/25	07/26	07/27	07/28	07/29	07/30	07/31			
金	土	日	月	火	水	木			
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:15	10:20 ~ 10:30							
		ピラティス ポートキャンプ (45分)	アサナ解説 【脚脚前屈】						
		松原	竹内	伊藤					
12:15 ~ 13:15	12:05 ~ 12:15	10:30 ~ 11:30							
		脚活ヨガ ver.2 (60分)	アサナ解説 【ダウンドッグ】	スタンダード60 (60分)					
		鶴田	竹内	伊藤					
14:00 ~ 15:00	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15							
		はじめのパワーヨガ 【会員様限定】(60分)	アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	青中成人ヨガ (60分)					
		松原	竹内	三澤					
			14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00					
			眠れる体に整えるヨガ (60分)	オトナのための オールインワンヨガ (60分)					
			鶴田	三澤					
17:20 ~ 17:30	15:45 ~ 16:45	15:45 ~ 16:45							
		アサナ解説 【ナラジャーサナ】	スタンダード60 (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)					
		伊藤	伊藤	伊藤					
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30								
		スタンダード60 (60分)	お腹引き締めヨガ (60分)						
		伊藤	三澤						
19:05 ~ 20:05									
		リンパデトックスヨガ (60分)							
		伊藤							
20:40 ~ 21:40									
		Sound Feel Yoga ver.2(60分)							
		鶴田							