

lo!ve ゆめタウン光の森店 【 07/01 ~ 07/08 】 スケジュール					2026/07/01	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	
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	定休日	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)	アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	Sound Feel Yoga ver.2(60分)	骨盤底筋トレーニングヨガ (60分)	オトナのための オールインワンヨガ (60分)		肩こりリラックスヨガ (60分)	スタンダード 60 (60分)	
A.Juri	O.Mizuki	H.Mina	H.Mai	H.Mina		A.Juri	A.Juri	
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	
肩こりリラックスヨガ (60分)	はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)	スタンダード 60 (60分)	セルトル美脚ヨガ (60分)	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)	免疫セラピーヨガ (60分)	
A.Juri	O.Mizuki	S.Yumina	H.Mai	H.Mina		A.Juri	A.Juri	
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	
お腹引き締めヨガ (60分)	免疫セラピーヨガ (60分)	腸活ヨガ ver.2 (60分)	スタンダード 60 (60分)	お腹引き締めヨガ (60分)		オトナのための オールインワンヨガ (60分)	もも尻ヨガティス (60分)	
H.Mina	H.Mai	H.Mina	S.Yumina	H.Mina		H.Mina	E.Haruka	
15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	15:30 ~ 16:30	15:45 ~ 16:45		15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	
免疫セラピーヨガ (60分)	アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	骨盤矯正ヨガ (60分)	Sound Feel Yoga 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)	全身とのお 腹たまんまヨガ (60分)	
H.Mai	H.Mai	E.Haruka	H.Mina	S.Yumina		H.Mina	E.Haruka	
営業 時間外	営業 時間外	営業 時間外	17:15 ~ 18:15	営業 時間外		営業 時間外	営業 時間外	営業 時間外
			リンパデトックスヨガ (60分)					
			H.Mina					
			19:00 ~ 20:00					
			スタンダード 60 (60分)					
S.Yumina								
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	営業 時間外	営業 時間外	営業 時間外	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
もも尻ヨガティス (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	スタンダード 60 (60分)				みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分)	滝汗ダイエット (60分)	
E.Haruka	H.Mina	S.Yumina				O.Mizuki	E.Haruka	
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
骨盤底筋トレーニングヨガ (60分)	スタンダード 60 (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)				Sound Feel Yoga ver.2(60分)	オトナのための オールインワンヨガ (60分)	
H.Mai	S.Yumina	E.Haruka			E.Haruka	H.Mina		
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	営業 時間外	営業 時間外	営業 時間外	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
全身とのお 腹たまんまヨガ (60分)	腸活ヨガ ver.2 (60分)	お腹引き締めヨガ (60分)				スタンダード 60 (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	
E.Haruka	H.Mina	E.Haruka				S.Yumina	H.Mina	

lo!ve ゆめタウン光の森店 【 07/09 ~ 07/16 】				スケジュール		2026/07/01 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
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	定休日	10:30 ~ 11:30	10:20 ~ 10:30	10:30 ~ 11:30
Sound Feel Yoga ver.2(60分)	腸活ヨガ ver.2 (60分)	アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	lo!veのWorkout MIX (60分)		はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)	【アサナ解説】英雄 1のポーズ	みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分)
H.Mina	N.Kanako	H.Mai	E.Haruka		A.Juri	E.Haruka	E.Haruka
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15		12:00 ~ 13:00	10:30 ~ 11:30	12:00 ~ 13:00
スタンダード 60 (60分)	骨盤底筋トレーニングヨガ (60分)	肩こりリラックスヨガ (60分)	アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)		スタンダード 60 (60分)	骨盤矯正ヨガ (60分)	滝汗ダイエット (60分)
N.Kanako	H.Mai	H.Mai	H.Mai		A.Juri	E.Haruka	E.Haruka
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:00 ~ 15:00	13:50 ~ 14:00		13:30 ~ 14:30	12:00 ~ 13:00	13:30 ~ 14:30
腸活ヨガ ver.2 (60分)	スタンダード 60 (60分)	オトナのための オールインワンヨガ (60分)	【アサナ解説】ダウンドック		リンパデトックスヨガ (60分)	lo!veのWorkout MIX (60分)	全身とのお腹たまんまヨガ (60分)
N.Kanako	N.Kanako	H.Mina	H.Mai		E.Haruka	E.Haruka	E.Haruka
14:50 ~ 15:00	15:00 ~ 16:00	15:30 ~ 16:30	14:00 ~ 15:00		15:00 ~ 16:00	営業時間外	15:00 ~ 16:00
【アサナ解説】コブラのポーズ	セルトル美脚ヨガ (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)		滝汗ダイエット (60分)		骨盤矯正ヨガ (60分)
N.Kanako	H.Mai	S.Yumina	H.Mai		E.Haruka		E.Haruka
15:00 ~ 16:00	営業時間外	17:15 ~ 18:15	15:45 ~ 16:45		営業時間外		営業時間外
スタンダード 60 (60分)		免疫セラピーヨガ (60分)	エアロビヨガ (60分)				
N.Kanako	H.Mai	E.Haruka	営業時間外				
営業時間外	17:50 ~ 18:00	18:50 ~ 19:00			17:50 ~ 18:00		
	【アサナ解説】ダウンドック	【アサナ解説】マリチのポーズ		【アサナ解説】コブラのポーズ			
H.Mai	H.Mina	S.Yumina		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	19:00 ~ 20:00		18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
オトナのための オールインワンヨガ (60分)	アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	お腹引き締めヨガ (60分)		スタンダード 60 (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	腸活ヨガ ver.2 (60分)	
H.Mina	H.Mai	H.Mina		S.Yumina	S.Yumina	H.Mina	
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	営業時間外	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
お腹引き締めヨガ (60分)	スタンダード 60 (60分)		lo!veのWorkout MIX (60分)	はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)	スタンダード 60 (60分)		
H.Mina	S.Yumina		E.Haruka	O.Mizuki	S.Yumina		
21:00 ~ 22:00	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)	肩こりリラックスヨガ (60分)	営業時間外	骨盤矯正ヨガ (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)		
S.Yumina	H.Mai		E.Haruka	H.Mai	S.Yumina		

2026/07/01 更新

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		10:30 ~ 11:30		定休日		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30							
エアロビヨガ (60分)		美ボディフローピラティス (60分)				IoliveのWorkout MIX (60分)		はじめてのパワーヨガ (金銭体脱走) (60分)		スタンダード 60 (60分)		もも原ヨガティス (60分)							
E.Haruka		E.Haruka				E.Haruka		A.Juri		I.Sayaka		E.Haruka							
12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15				12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00							
はじめてのホットピラティス (60分)		リンパドレナージュヨガ (60分)				スタンダード 60 (60分)		免座セラピーヨガ (60分)		お腹引き締めヨガ (60分)		アロマリラクゼーションヨガ DEEP FOREST (60分)							
E.Haruka		S.Yumina				I.Sayaka		A.Juri		H.Mina		H.Mai							
14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00				13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30							
リンパドレナージュヨガ (60分)		Sound Feel Yoga ver.2(60分)				もも原ヨガティス (60分)		スタンダード 60 (60分)		黒活ヨガ ver.2 (60分)		骨盤底筋トレーニングヨガ (60分)							
S.Yumina		E.Haruka				E.Haruka		I.Sayaka		H.Mina		H.Mai							
15:30 ~ 16:30		15:45 ~ 16:45				営業時間外		15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00					
オトナのためのオールインワンヨガ (60分)		アロマリラクゼーションヨガ FRUITY DIET (60分)		スタンダード 60 (60分)				リンパドレナージュヨガ (60分)		スタンダード 60 (60分)		黒活ヨガティス (60分)							
H.Mina		H.Mai		I.Sayaka				S.Yumina		I.Sayaka		H.Mai							
17:15 ~ 18:15		17:30 ~ 18:30		営業時間外				営業時間外		営業時間外		営業時間外							
黒活ヨガ ver.2 (60分)		特別レッスン (60分)																	
H.Mina		H.Mina																	
19:00 ~ 20:00		営業時間外																	
スタンダード 60 (60分)																			
S.Yumina																			
営業時間外														18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00		18:00 ~ 19:00	
						リンパドレナージュヨガ (60分)								IoliveのWorkout MIX (60分)		スタンダード 60 (60分)		黒活ヨガ ver.2 (60分)	
						S.Yumina								E.Haruka		S.Yumina		H.Mina	
						19:30 ~ 20:30								19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	
				お腹引き締めヨガ (60分)		スタンダード 60 (60分)		リンパドレナージュヨガ (60分)		エアロビヨガ (60分)									
				H.Mina		S.Yumina		E.Haruka		E.Haruka									
				21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00									
		黒活ヨガ ver.2 (60分)		美ボディフローピラティス (60分)		全身ととのう表たまんまヨガ (60分)		スタンダード 60 (60分)											
		H.Mina		E.Haruka		E.Haruka		I.Sayaka											