

loive ゆめタウン姫路店				【 12/01 ~ 12/08 】	スケジュール		2025/11/16	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	10:00 ~ 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	定休日
	みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分)	背中美人ヨガ (60分)	肩コリリラックスヨガ (60分)	美姿勢アンチエイジング 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)		
	原田	山内	寺前	山内	寺前	松本		
	11:40 ~ 12:40	11:40 ~ 12:40	11:40 ~ 12:40	11:40 ~ 12:40	11:40 ~ 12:40	11:40 ~ 12:40		
	スタンダード 60 (60分)	免疫セラピーヨガ (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)	セルトル美脚ヨガ (60分)	お腹引き締めヨガ (60分)		
	松本	寺前	原田	松本	寺前	古家		
	13:20 ~ 14:20	13:20 ~ 14:20	13:20 ~ 14:20	13:20 ~ 14:50	13:20 ~ 14:20	13:20 ~ 14:20		
	美ボディフロー ピラティス (60分)	アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	はじめてのホットピラティス (60分)	EXパワーヨガ (会員権限定) (90分)	リンパデトックスヨガ (60分)	腫トレビューティー ヨガ(60分)		
	原田	原田	古家	山内	古家	山内		
	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	営業時間外	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00		
	リンパデトックスヨガ (60分)	パワーヨガ Advance (会員権限定) (60分)	エアロビヨガ (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)		
	松本	寺前	原田		寺前	松本		
	営業時間外	営業時間外	営業時間外		16:40 ~ 17:40	16:40 ~ 17:40		
					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)		
					古家	山内		
				18:30 ~ 19:30				
	お腹引き締めヨガ (60分)			古家				
	17:40 ~ 18:40	17:40 ~ 18:40	17:40 ~ 18:40	17:40 ~ 18:40				
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)	美姿勢アンチエイジング ヨガ(60分)	アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)					
寺前	古家	山内	古家					
19:20 ~ 20:20	19:20 ~ 20:20	19:20 ~ 20:20	19:20 ~ 20:20					
スタンダード 60 (60分)	エアロビヨガ (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	スタンダード 60 (60分)					
松本	原田	松本	松本					
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00					
眠れる体に整えるヨガ (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)	背中美人ヨガ (60分)					
寺前	古家	山内	古家					

loive ゆめタウン姫路店				【 12/09 ~ 12/16 】		スケジュール		2025/11/16	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		
10:00 ~ 11:00	10:00 ~ 11:00	10:00 ~ 11:00	10:00 ~ 11:00	9:50 ~ 10:00	10:00 ~ 11:00		10:00 ~ 11:30		
眠れる体に整えるヨガ (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)	はじめてのパワーヨガ (金員権限定) (60分)	【アサナ解説】マリチのポーズ	小顔リフトピラティス (60分)		EXパワーヨガ (金員権限定) (90分)		
寺前	山内	寺前	山内	古家	門池		山内		
11:40 ~ 12:40	11:40 ~ 12:40	11:40 ~ 12:40	11:40 ~ 12:40	10:00 ~ 11:30	11:40 ~ 12:40		12:10 ~ 13:10		
アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)	スタンダード 60 (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	スタンダード 60 (60分)	ステップアップアサナ WS	背中美人ヨガ (60分)		スタンダード 60 (60分)		
古家	未定	松本	松本	古家	古家		未定		
13:20 ~ 14:20	13:20 ~ 14:20	13:20 ~ 14:20	13:20 ~ 14:20	12:05 ~ 12:15	13:20 ~ 14:20		13:50 ~ 14:50		
背中美人ヨガ (60分)	美姿勢アンチエイジング ヨガ(60分)	セルトル美脚ヨガ (60分)	美ボディフロー ピラティス (60分)	【アサナ解説】コブラのポーズ	リンパデトックスヨガ (60分)		アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)		
寺前	山内	寺前	山内	寺前	門池		山内		
15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	営業時間外	15:00 ~ 16:00	12:15 ~ 13:00	15:00 ~ 16:00	定休日		営業時間外	
お腹引き締めヨガ (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)		リンパデトックスヨガ (60分)	Movie Heroine Yoga (45分)	パワーヨガ Advance (金員権限定) (60分)				
古家	松本		松本	寺前	寺前				
営業時間外				13:50 ~ 14:00	16:40 ~ 17:40				
				【アサナ解説】英雄 1のポーズ 松本	スタンダード 60 (60分)				
			14:00 ~ 15:00						
			Share the love yoga 松本						
17:40 ~ 18:40	17:40 ~ 18:40	17:40 ~ 18:40	17:40 ~ 18:25	15:35 ~ 15:45			17:40 ~ 18:40		
スタンダード 60 (60分)	背中美人ヨガ (60分)	はじめてのホットピラティス (60分)	Beat Drum Diet 3.0 (45分)	【アサナ解説】半月のポーズ			リンパデトックスヨガ (60分)		
松本	古家	古家	門池	山内			古家		
19:20 ~ 20:20	19:20 ~ 20:20	19:20 ~ 20:20	19:20 ~ 20:20	15:45 ~ 16:45			19:20 ~ 20:20		
リンパデトックスヨガ (60分)	スタンダード 60 (60分)	腫トレビューティー ヨガ(60分)	スタンダード 60 (60分)	フェスタ特別レッスン			スタンダード 60 (60分)		
松本	松本	山内	未定	山内			未定		
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)	リンパデトックスヨガ (60分)	お腹引き締めヨガ (60分)	小顔リフトピラティス (60分)				お腹引き締めヨガ (60分)		
未定	古家	古家	門池				古家		

loive ゆめタウン姫路店		【 12/17 ~ 12/24 】			スケジュール			2025/11/16	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		
10:00 ~ 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		
肩こりラックスヨガ (60分)	Movie Heroine Yoga (45分)	リンパデトックスヨガ (60分)	小顔リフトピラティス (60分)	スタンダード 60 (60分)		顔トレビューティー ヨガ(60分)	セルトル美顔ヨガ (60分)		
寺前	寺前	古家	門池	未定		山内	寺前		
11:40 ~ 12:25	11:40 ~ 12:40	11:40 ~ 12:40	11:40 ~ 12:40	11:40 ~ 12:40		11:40 ~ 12:40	11:40 ~ 12:40		
Beat Drum Diet 3.0 (45分)	アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)	はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)	美ボディフロー ピラティス (60分)	顔トレビューティー ヨガ(60分)		スタンダード 60 (60分)	美姿勢アンチエイジング ヨガ(60分)		
門池	山内	門池	山内	山内		未定	山内		
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		
免疫セラピーヨガ (60分)	眠れる体に整えるヨガ (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)	金身ととのう 寝たまんまヨガ (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)		
寺前	寺前	古家	門池	寺前		山内	未定		
営業時間外	15:00 ~ 16:00 美ボディフロー ピラティス (60分) 山内	営業時間外	15:00 ~ 16:00 パワーヨガ Advance (会員様限定) (60分) 寺前	15:00 ~ 15:45 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 門池		15:00 ~ 16:00 リンパデトックスヨガ (60分) 松本	営業時間外		
			16:40 ~ 17:40 スタンダード 60 (60分) 松本	16:40 ~ 17:40 リンパデトックスヨガ (60分) 松本					
			18:30 ~ 19:30 肩こりラックスヨガ (60分) 寺前						
17:40 ~ 18:40	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) 古家	スタンダード 60 (60分) 未定	免疫セラピーヨガ (60分) 寺前				背中美人ヨガ (60分) 古家	アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 古家		
19:20 ~ 20:20	19:20 ~ 20:20	19:20 ~ 20:20				19:20 ~ 20:20	19:20 ~ 20:20		
背中美人ヨガ (60分) 門池	はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 山内	スタンダード 60 (60分) 未定				スタンダード 60 (60分) 松本	リンパデトックスヨガ (60分) 松本		
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 21:45		
アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 古家	スタンダード 60 (60分) 未定	Movie Heroine Yoga (45分) 寺前				はじめてのホットピラティス (60分) 古家	Beat Drum Diet 3.0 (45分) 門池		

loive ゆめタウン姫路店		【 12/25 ~ 12/30 】			スケジュール			2025/11/16	更新
12/25	12/26	12/27	12/28	12/29	12/30	12/31			
木	金	土	日	月	火	水			
10:00 ~ 11:00	10:00 ~ 11:00	10:00 ~ 11:00	10:00 ~ 11:00	定休日	年末年始休業	年末年始休業			
スタンダード 60 (60分)	免疫セラピーヨガ (60分)	スタンダード 60 (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)						
未定	寺前	松本	松本						
11:40 ~ 12:40	11:40 ~ 12:40	11:40 ~ 12:40	11:40 ~ 12:40						
背中美人ヨガ (60分)	アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	Movie Heroine Yoga (45分)	背中美人ヨガ (60分)						
寺前	古家	寺前	寺前						
13:20 ~ 14:20	13:20 ~ 14:20	13:20 ~ 14:20	13:20 ~ 14:20						
スタンダード 60 (60分)	パワーヨガ Advance (会員様限定) (60分)	顔トレビューティー ヨガ(60分)	スタンダード 60 (60分)						
未定	寺前	山内	松本						
営業時間外	15:00 ~ 16:00 小顔リフトピラティス (60分) 門池	15:00 ~ 16:00 セルトル美顔ヨガ (60分) 寺前	15:00 ~ 17:00 108回太陽礼拝 (120分) 山内						
	営業時間外	16:40 ~ 17:40 リンパデトックスヨガ (60分) 松本							
		18:30 ~ 19:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 山内							
17:40 ~ 18:40	17:40 ~ 18:40								
はじめてのホットピラティス (60分) 古家	お腹引き締めヨガ (60分) 古家								
19:20 ~ 20:20	19:20 ~ 20:20								
Movie Heroine Yoga (45分) 寺前	リンパデトックスヨガ (60分) 門池								
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00								
リンパデトックスヨガ (60分) 古家	スタンダード 60 (60分) 未定								