

love ゆめタウン光の森店		【 07/01 ~ 07/08 】 スケジュール					2025/07/08 更新	
07/01	07/02	07/03	07/04	07/05	07/06	07/07	07/08	
火	水	木	金	土	日	月	火	
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:15	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
スタンダード60 (60分)	ピラティス ブートキャンプ (45分)	馬活ヨガ ver.2 (60分)	はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)	肩コリラックスヨガ (60分)	Sound Feel Yoga ver.2(60分)			
真島	榎本	小浦方	岩成	小浦方	榎本			
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15			
青中養成ヨガ (60分)	アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)	眠れる体に整えるヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)	馬活ヨガ ver.2 (60分)			
森岡	龍川	岩成	岩成	真島	小浦方			
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00			
オトナのための オールインワンヨガ (60分)	セルトル美脚ヨガ (60分)	肩コリラックスヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)	みんなの変わる 姿勢ピラティス (60分)	スタンダード60 (60分)			
森岡	龍川	小浦方	真島	森岡	小浦方			
15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	15:30 ~ 16:30	15:45 ~ 16:45		
スタンダード60 (60分)	小輪リフトピラティス (60分)	スタンダード60 (60分)	肩コリラックスヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)	ホットピラティス (60分)			
真島	榎本	真島	小浦方	真島	榎本			
				17:00 ~ 18:00	馬活ヨガ ver.2 (60分)			
					小浦方			
				18:30 ~ 20:00	アドバンス90 (会員様限定) (90分)			
					森岡			
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00				
馬活ヨガ ver.2 (60分)	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)	エアロピヨガ (60分)					
小浦方	森岡	榎本	榎本					
19:30 ~ 20:15	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30				
Beat Drum Diet 3.0 (45分)	眠れる体に整えるヨガ (60分)	美ボディロー ピラティス (60分)	スタンダード60 (60分)					
岩成	岩成	榎本	小浦方					
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)	スタンダード60 (60分)	骨盤矯正ヨガ (60分)				
小浦方	森岡	真島	榎本					

love ゆめタウン光の森店		【 07/09 ~ 07/16 】 スケジュール					2025/07/09 更新	
07/09	07/10	07/11	07/12	07/13	07/14	07/15	07/16	
水	木	金	土	日	月	火	水	
10:30 ~ 12:00	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
アドバンス90 (会員様限定) (90分)	リンパデトックスヨガ (60分)	セルトル美脚ヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)				
森岡	岩成	龍川	真島	榎本				
12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15				
小輪リフトピラティス (60分)	美ボディロー ピラティス (60分)	アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)	ホットピラティス (60分)				
榎本	榎本	龍川	岩成	榎本				
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:00 ~ 14:45	14:00 ~ 15:00				
	眠れる体に整えるヨガ (60分)	ホットピラティス (60分)	ピラティス ブートキャンプ (45分)	眠れる体に整えるヨガ (60分)				
	岩成	龍川	岩成	岩成				
	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	15:30 ~ 16:30	15:45 ~ 16:45				
	ピラティス ブートキャンプ (45分)	スタンダード60 (60分)	馬活ヨガ ver.2 (60分)	はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)				
	榎本	真島	小浦方	岩成				
			17:15 ~ 18:15	スタンダード60 (60分)				
				平川				
			19:00 ~ 20:00	肩コリラックスヨガ (60分)				
				小浦方				
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00						
肩コリラックスヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)	馬活ヨガ ver.2 (60分)						
小浦方	真島	小浦方						
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30					
はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)	馬活ヨガ ver.2 (60分)	スタンダード60 (60分)						
岩成	小浦方	平川						
21:00 ~ 21:45	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00					
Beat Drum Diet 3.0 (45分)	スタンダード60 (60分)	肩コリラックスヨガ (60分)						
岩成	真島	小浦方						

定休日

07/25		07/26		07/27		07/28		07/29		07/30		07/31	
金	土	日		月		火		水		木			
10:30 ~ 11:15	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30				10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	
Beat Drum Diet 3.0 (45分)	小顎リフトビヨディス (60分)	スタンダード 60 (60分)				みる見る変わる姿勢ビヨディス (60分)		二の肩引き締めヨガ (60分)		肩活ヨガ ver.2 (60分)		肩活ヨガ ver.2 (60分)	
熊川	板本	真島				熊川		西煕		小浦方		小浦方	
12:00 ~ 13:00	12:15 ~ 13:15	12:05 ~ 12:15				12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	
アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	エアロビヨガ (60分)	アサナ解説 【ダウンロード】				スタンダード 60 (60分)		ホットビヨディス (60分)		スタンダード 60 (60分)		スタンダード 60 (60分)	
熊川	板本	小浦方				真島		熊川		小浦方		小浦方	
13:30 ~ 14:30	14:00 ~ 15:00	12:15 ~ 13:15				13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	
美ボディフロー ビヨディス (60分)	スタンダード 60 (60分)	肩活ヨガ ver.2 (60分)				青中成人ヨガ (60分)		アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (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)	
板本	平川	小浦方				熊川		西煕		板本		板本	
15:00 ~ 16:00	15:30 ~ 16:30	14:00 ~ 15:00				15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00	
骨盤矯正ヨガ (60分)	もも肩ヨガディス (60分)	はじめてのパワーヨガ 【会員様限定】(60分)				肩コリラックスヨガ (60分)		スタンダード 60 (60分)		もも肩ヨガディス (60分)		もも肩ヨガディス (60分)	
板本	板本	岩成				小浦方		平川		板本		板本	
	17:15 ~ 18:15	15:45 ~ 16:45											
	はじめてのパワーヨガ 【会員様限定】(60分)	眠れる体に整えるヨガ (60分)											
	岩成	岩成											
18:00 ~ 19:00	18:50 ~ 19:00												
肩活ヨガ ver.2 (60分)	アサナ解説 【ハーリング】												
小浦方	岩成												
19:20 ~ 19:30	19:00 ~ 20:00					18:00 ~ 18:45		18:00 ~ 19:00		17:30 ~ 19:00			
アサナ解説 【脚脚前屈】	リンパデトックスヨガ (60分)					ピラティス ブレイブインプ (45分)		骨盤矯正ヨガ (60分)		アドバンス 90 【会員様限定】(90分)			
真島	岩成					板本		板本		泰岡			
19:30 ~ 20:30						19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30		19:30 ~ 20:30	
スタンダード 60 (60分)						眠れる体に整えるヨガ (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)			
真島						岩成		小浦方		泰岡			
21:00 ~ 22:00						21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	
肩コリラックスヨガ (60分)						はじめてのパワーヨガ 【会員様限定】(60分)		もも肩ヨガディス (60分)		スタンダード 60 (60分)		スタンダード 60 (60分)	
小浦方						岩成		板本		真島		真島	