

love プレスポ島酒店		【	08/01	～	08/08	】	スケジュール		2026/07/18	更新																									
08/01		08/02		08/03		08/04		08/05		08/06		08/07		08/08																					
土		日		月		火		水		木		金		土																					
10:30 ～ 11:30		10:30 ～ 11:30		定休日		10:30 ～ 11:30		10:30 ～ 11:30		営業時間外		10:30 ～ 11:30		10:30 ～ 11:30																					
肩こりラックスヨガ (60分)		エアロビヨガ (60分)				アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)		痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分)				眠れる体に整えるヨガ (60分)		セルトル美脚ヨガ (60分)																					
M.Hitomi		I.Yui				M.Hitomi		M.Hitomi				I.Yui		T.Ayano																					
12:15 ～ 13:15		12:15 ～ 13:15				12:15 ～ 13:15		12:15 ～ 13:15				12:00 ～ 13:00		12:15 ～ 13:15																					
セルトル美脚ヨガ (60分)		スタンダード 60 (60分)				免疫セラピーヨガ (60分)		全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分)				SUMOMOYOGA 四肢がズイクツ (60分)		はじめてのホットピラティス (60分)																					
T.Ayano		T.Ayano				T.Ayano		M.Hitomi				I.Hikaru		I.Yui																					
14:00 ～ 15:00		14:00 ～ 15:00				14:00 ～ 15:00		14:00 ～ 15:00				14:00 ～ 15:00		14:00 ～ 15:00																					
みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分)		アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (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)				免疫セラピーヨガ (60分)		リンパデトックスヨガ (60分)																					
M.Hitomi		I.Yui				M.Hitomi		K.Akemi				T.Ayano		K.Akemi																					
15:45 ～ 16:45		15:45 ～ 16:45				営業時間外		営業時間外				営業時間外		営業時間外		15:45 ～ 16:45																			
スタンダード 60 (60分)		セルトル美脚ヨガ (60分)														エアロビヨガ (60分)																			
K.Akemi		T.Ayano														I.Yui																			
17:30 ～ 18:30		営業時間外		営業時間外						営業時間外						営業時間外		17:30 ～ 18:30																	
免疫セラピーヨガ (60分)																		スタンダード 60 (60分)																	
T.Ayano																		K.Akemi																	
営業時間外																		営業時間外		営業時間外		営業時間外		営業時間外		営業時間外									
																												17:30 ～ 18:30							
																												リンパデトックスヨガ (60分)		みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分)					
																												K.Akemi		M.Hitomi					
																												19:15 ～ 20:15		19:00 ～ 20:00		19:15 ～ 20:15		19:15 ～ 20:15	
																												スタンダード 60 (60分)		免疫セラピーヨガ (60分)		全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分)		エアロビヨガ (60分)	
						K.Akemi		T.Ayano				M.Hitomi		M.Hitomi																					
						21:00 ～ 22:00		21:00 ～ 22:00				21:00 ～ 22:00		21:00 ～ 22:00																					
						全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分)		loveのWorkout MIX (60分)				リンパデトックスヨガ (60分)		スタンダード 60 (60分)																					
		Y.Midori		I.Yui		K.Akemi		T.Ayano																											

[illegible]

2026/07/15 更新

08/17	08/18	08/19	08/20	08/21	08/22	08/23	08/24	
月	火	水	木	金	土	日	月	
定休日	10:30 ~ 11:30 リンパデトックスヨガ (60分) K.Akemi	10:30 ~ 11:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) M.Hitomi	営業時間外	10:30 ~ 11:30 背中美人ヨガ (60分) I.Hikaru	10:30 ~ 11:30 全身ととのう 疲たまんまヨガ (60分) Y.Midori	10:30 ~ 11:30 美ボディフロー ピラティス (60分) I.Yui	定休日	
	12:15 ~ 13:15 お腹引き締めヨガ (60分) I.Yui	12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) K.Akemi		12:15 ~ 13:15 リンパデトックスヨガ (60分) K.Akemi	12:15 ~ 13:15 パワーヨガ Advance (会員様限定) (60分) M.Hitomi	12:15 ~ 13:15 眠れる体に整えるヨガ (60分) I.Yui		
	14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分) K.Akemi	14:00 ~ 15:00 SUMOYOGA 四肢コアエクササイズ (60分) I.Hikaru		14:00 ~ 15:00 アロマリラクソスヨガ DEEP FOREST (60分) I.Hikaru	14:00 ~ 15:00 はじめてのホットピラティス (60分) I.Yui	14:00 ~ 15:00 リンパデトックスヨガ (60分) K.Akemi		
	営業時間外	営業時間外		営業時間外	営業時間外	15:45 ~ 16:45 リンパデトックスヨガ (60分) K.Akemi		15:45 ~ 16:45 スタンダード60 (60分) K.Akemi
						17:30 ~ 18:30 スタンダード60 (60分) T.Ayano		営業時間外
						営業時間外		
	17:30 ~ 18:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) M.Hitomi	17:30 ~ 18:30 全身ととのう 疲たまんまヨガ (60分) Y.Midori		17:30 ~ 18:30 もも尻ヨガティス (60分) I.Yui	営業時間外			
	19:15 ~ 20:15 アロマリラクソスヨガ HERBAL RELAX (60分) M.Hitomi	19:15 ~ 20:15 IoloveのWorkout MIX (60分) I.Yui		19:15 ~ 20:15 セトルル美脚ヨガ (60分) T.Ayano		19:15 ~ 20:15 肩こりラクソスヨガ (60分) M.Hitomi		
	21:00 ~ 22:00 セトルル美脚ヨガ (60分) T.Ayano	21:00 ~ 22:00 全身ととのう 疲たまんまヨガ (60分) Y.Midori		21:00 ~ 22:00 スタンダード60 (60分) T.Ayano		21:00 ~ 22:00 お腹引き締めヨガ (60分) I.Yui		

2026/07/15 更新

08/25	08/26	08/27	08/28	08/29	08/30	08/31
火	水	木	金	土	日	月
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	営業時間外	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	定休日
肩こりリラックスヨガ (60分)	セルトル美脚ヨガ (60分)		骨盤矯正ヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)	エアロビヨガ (60分)	
I.Hikaru	T.Ayano		I.Hikaru	K.Akemi	I.Yui	
12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	
みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)		SUMYOYOGA 四肢コアエクササイズ (60分)	全身とのお腹 たままヨガ (60分)	もも尻ヨガティス (60分)	
M.Hitomi	K.Akemi		I.Hikaru	Y.Midori	I.Yui	
14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	
背中美人ヨガ (60分)	特別レッスン (60分)		全身とのお腹 たままヨガ (60分)	はじめてのバーヨーガ (会員様限定) (60分)	スタンダード60 (60分)	
I.Hikaru	M.Hitomi		Y.Midori	M.Hitomi	K.Akemi	
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)			セルトル美脚ヨガ (60分)	
		T.Ayano			T.Ayano	
		17:30 ~ 18:30			営業時間外	
		loveのWorkout MIX (60分)				
I.Yui						
17:30 ~ 18:30	営業時間外	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30			
スタンダード60 (60分)		免疫セラピーヨガ (60分)	はじめてのホットピラティス (60分)			
T.Ayano		T.Ayano	I.Yui			
19:15 ~ 20:15		19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15		
リンパデトックスヨガ (60分)		全身とのお腹 たままヨガ (60分)	痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分)	アロマリラックスヨガ FRUIT DIET (60分)		
K.Akemi		Y.Midori	M.Hitomi	M.Hitomi		
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	営業時間外		
免疫セラピーヨガ (60分)	みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	エアロビヨガ (60分)			
T.Ayano	I.Yui	K.Akemi	I.Yui			