

【 01/01 ~ 01/08 】		スケジュール					2028/12/27
01/01	01/02	01/03	01/04	01/05	01/06	01/07	01/08
木	金	土	日	月	火	水	木
年末年始休業	年末年始休業	営業時間外	営業時間外	定休日	営業時間外	営業時間外	営業時間外
					10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
					発汗セラピーヨガ (60分)	全員とのう寝たまんまヨガ (60分)	骨盤矯正ヨガ (60分)
					根本	根本	野村
					12:15 ~ 13:15	12:00 ~ 12:45	12:00 ~ 13:00
					オトナのためのオールインヨガ (60分)	Beat Drum Diet 3.0 (45分)	スタンダード 60 (60分)
					根本	根本	野村
					14:00 ~ 14:45	14:00 ~ 15:00	13:30 ~ 14:30
					Movie Heroine Yoga (45分)	子宮温活ヨガ (60分)	ストレッチヨガ (60分)
					根本	岩成	肩コリラックスヨガ (60分)
					15:45 ~ 16:45	15:45 ~ 16:45	15:00 ~ 16:00
					免疫セラピーヨガ (60分)	はじめてのパワーヨガ (全員標準設定) (60分)	セルトル美脚ヨガ (60分)
					平川	岩成	平川
					17:30 ~ 18:30	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
					全員とのう寝たまんまヨガ (60分)	はじめてのホットヨガ (50分)	リバーディックスヨガ (60分)
					根本	進上	進上
					18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00
					19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
					青中黄人ヨガ (60分)	子宮温活ヨガ (60分)	スタンダード 60 (60分)
					進上	岩成	平川
					21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 21:45
					眠れる体に整えるヨガ (60分)	アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)	ピラティス ブートキャンプ (45分)
					岩成	進上	岩成

i olive ゆめかわ光の森店		【 01/09 ~ 01/16 】		スケジュール				2025/12/27 更新	
01/09	01/10	01/11	01/12	01/13	01/14	01/15	01/16	01/16	
金	土	日	月	火	水	木	金	金	
10:30 ~ 11:30	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	
Sound Feel Yoga ver.2(60分)	オナのための オールインワンヨガ (60分)	Beat Drum Diet 3.0 (45分)		アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)	セルトル美脚ヨガ (60分)	はじめのパワーヨガ (金具標準設定) (60分)		免疫セラピーヨガ (60分)	
根本	根本	山内		山内	平川	岩成		伊藤	
12:00 ~ 13:00	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 12:45		
肩コリラックスヨガ (60分)	美ボディマー ビテイス (60分)	みるみる変わる 姿勢ビライス (60分)		はじめのパワーヨガ (金具標準設定) (60分)	スタンダード 60 (60分)	子宮温活ヨガ (60分)	ビライス ブートキャンプ (45分)		
椎上	根本	内田		山内	平川	岩成		根本	
13:30 ~ 14:40	13:45 ~ 14:45	14:00 ~ 15:00		13:30 ~ 14:30		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	
アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	子宮温活ヨガ (60分)	はじめのホットビライス (60分)		みるみる変わる 姿勢ビライス (60分)		アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	リンバデトックスヨガ (60分)		
椎上	内田	椎上		根本		岩成		伊藤	
15:00 ~ 16:00	15:30 ~ 16:30	15:45 ~ 16:45		15:00 ~ 16:00		15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	
みるみる変わる 姿勢ビライス (60分)	全身ととのう 整ったんまヨガ (60分)	Sound Feel Yoga ver.2(60分)		オナのための オールインワンヨガ (60分)		免疫セラピーヨガ (60分)	スタンダード 60 (60分)		
根本	根本	椎上		根本		平川		伊藤	
営業時間外	17:15 ~ 18:15		定休日	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	
	はじめのパワーヨガ (金具標準設定) (60分)								
	岩成								
	19:00 ~ 20:00	アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)							
18:00 ~ 19:00				18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:10	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
セルトル美脚ヨガ (60分)				免疫セラピーヨガ (60分)	ディープレスヨガ (70分)	スタンダード 60 (60分)	隠れる体に整えるヨガ (60分)		
平川				平川	岩成	平川		岩成	
19:30 ~ 20:30				19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
リンバデトックスヨガ (60分)				はじめのホットビライス (60分)	達矢ゲイバヨガ (60分)	リンバデトックスヨガ (60分)	スタンダード 60 (60分)		
椎上				根本	根本	根本		岩成	
21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 21:45	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
スタンダード 60 (60分)				セルトル美脚ヨガ (60分)	全身ととのう 整ったんまヨガ (60分)	Movie Heroine Yoga (45分)	はじめのパワーヨガ (金具標準設定) (60分)		
平川				平川	根本	根本		岩成	

【 01/25 ~ 01/30 】		スケジュール			2025/12/27	更新
01/25	01/26	01/27	01/28	01/29	01/30	01/31
日	月	火	水	木	金	土
10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:15	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
リンパデトックスヨガ (60分)		Movie Heroine Yoga (45分)	はじめてのホットピラティス (60分)	美ボディフローピラティス (60分)	骨盤矯正ヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)
真島		橋本	橋本	橋本	野村	真島
12:15 ~ 13:15		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 12:45	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:15 ~ 13:15
免疫セラピーヨガ (60分)		リンパデトックスヨガ (60分)	Movie Heroine Yoga (45分)	子宮温活ヨガ (60分)	セルトル美脚ヨガ (60分)	免疫セラピーヨガ (60分)
平川		真島	橋本	岩成	平川	平川
14:00 ~ 15:00		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	13:45 ~ 14:45
スタンダード60 (60分)		全身とのう寝たまんまヨガ (60分)	子宮温活ヨガ (60分)	Movie Heroine Yoga (45分)	免疫セラピーヨガ (60分)	お腹引き締めヨガ (60分)
真島		橋本	岩成	橋本	平川	橋本
15:45 ~ 16:30		15:00 ~ 15:45	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	15:00 ~ 16:00	15:30 ~ 16:30
セルトル美脚ヨガ (60分)		Beat Drum Diet 3.0 (45分)	アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)	眠れる体に整えるヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)
平川		岩成	岩成	岩成	野村	真島
定休日	営業時間外		営業時間外		営業時間外	
	17:15 ~ 18:15					
	スタンダード60 (60分)					
	平川					
	19:00 ~ 19:45					
	Movie Heroine Yoga (45分)					
	橋本					
	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:10	
	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 (会員様限定) (60分)	ディープレスヨガ (70分)		
	岩成	真島	岩成	岩成		
	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)	リンパデトックスヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)	眠れる体に整えるヨガ (60分)		
	真島	真島	平川	岩成		
	21:00 ~ 22:10	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
	ディープレスヨガ (70分)	美ボディフローピラティス (60分)	免疫セラピーヨガ (60分)	アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)		
	岩成	橋本	平川	岩成		