

スケジュール

2025/09/29

更新

10/01	10/02	10/03	10/04	10/05	10/06	10/07	10/08	
木	金	土	日	月	火	水	木	
営業時間外	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	定休日	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	営業時間外	
	滝汗ダイエットヨガ (60分)	花粉症スッキリヨガ (60分)	loloveのWorkout MIX (60分)		エアロビヨガ (60分)	姿勢コアトレーニング (60分)		
	M.Nana	M.Hitomi	F.Mariko		M.Hitomi	S.Sayaka		
	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:00		
	リンパデットクッスヨガ (60分)	セルリン・美顔ヨガ (60分)	みるみる変わる 姿勢ビラティス (60分)		スタンダード 60 (60分)	ピラティス プートキャンプ (45分)		
	K.Akemi	A.Miku	M.Hitomi		S.Rian	M.Hitomi		
	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00		
	スタンダード 60 (60分)	姿勢コアトレーニング (60分)	背中美人ヨガ (60分)		もも原ヨガティス (60分)	アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)		
	M.Nana	M.Hitomi	F.Mariko		S.Sayaka	M.Hitomi		
	営業時間外	15:45 ~ 16:45	15:45 ~ 16:45		営業時間外	営業時間外		営業時間外
		スタンダード 60 (60分)	肩コリラックスヨガ (60分)					
		A.Miku	M.Hitomi					
17:30 ~ 18:30		はじめてのホットビラティス (60分)						
K.Akemi								
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	営業時間外	営業時間外	営業時間外	17:30 ~ 18:30			
もも原ヨガティス (60分)	スタンダード 60 (60分)				滝汗ダイエット (60分)			
S.Sayaka	S.Rian				M.Nana			
19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15				19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15		
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)				はじめてのホットビラティス (60分)	スタンダード 60 (60分)	姿勢コアトレーニング (60分)	
Y.Midori	M.Hitomi	K.Akemi	S.Rian	M.Hitomi				
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	21:00 ~ 22:00	
はじめてのホットビラティス (60分)	アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)				全身ととのう またまんまヨガ (60分)	背中美人ヨガ (60分)	スタンダード 60 (60分)	
K.Akemi	M.Hitomi				Y.Midori	Y.Midori	M.Nana	

スケジュール

2026/09/2

更新

10/09	10/10	10/11	10/12	10/13	10/14	10/15	10/16	
金	土	日	月	火	水	木	金	
10:30 ~ 11:30	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	
肩こりラックスヨガ (60分)	背中美人ヨガ (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)		全身ととのう 褒たまんまヨガ (60分)	子宮温活ヨガ (60分)		みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分)	
Y.Midori	H.Mai	K.Akemi		Y.Midori	M.Hitomi		M.Hitomi	
12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15	
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)	loveのWorkout MIX (60分)		セルトル機脚ヨガ (60分)	はじめてのホットピラティス (60分)		スタンダード 60 (60分)	
S.Sayaka	S.Rian	N.Kanon		A.Miku	K.Akemi		S.Rian	
14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00	営業時間外		14:00 ~ 15:30	
リンパデトックスヨガ (60分)	はじめてのホットピラティス (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)			EXパワーヨガ (会員様限定) (90分)	
K.Akemi	K.Akemi	S.Rian		Y.Midori			M.Hitomi	
営業時間外	15:45 ~ 16:45	15:45 ~ 16:45		営業時間外			営業時間外	
	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)						
	H.Mai	N.Kanon						
	17:30 ~ 18:30							
	リンパデトックスヨガ (60分)							
K.Akemi								
17:30 ~ 18:30	営業時間外	営業時間外		17:30 ~ 18:15			17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30
スタンダード 60 (60分)			ピラティス プートキャンブ (45分)	スタンダード 60 (60分)	花勢産スッキリヨガ (60分)	はじめてのホットピラティス (60分)		
S.Rian			M.Hitomi	S.Rian	M.Hitomi	K.Akemi		
19:15 ~ 20:15			19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15		
もも尻ヨガティス (60分)			アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	滝汗ダイエット (60分)	スタンダード 60 (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)		
T.Miku			M.Hitomi	Y.Midori	S.Rian	K.Akemi		
21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		
パワーヨガ Advance (会員様限定) (60分)			リンパデトックスヨガ (60分)	全身ととのう 褒たまんまヨガ (60分)	エアロビヨガ (60分)	スタンダード 60 (60分)		
T.Miku			K.Akemi	Y.Midori	M.Hitomi	S.Rian		

love プレスポ島酒店		【 10/17 ~ 10/24 】		スケジュール		2026/09/29	更新			
10/17	10/18	10/19	10/20	10/21	10/22	10/23	10/24			
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			
エアロビヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)		滝汗ダイエット (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)	花粉症スッキリヨガ (60分)			
M.Hitomi	S.Rian		Y.Midori	Y.Midori		M.Hitomi	M.Hitomi			
12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15			
リンパデトックスヨガ (60分)	背中美人ヨガ (60分)		骨盤底筋トレーニングヨガ (60分)	全身と頭の 寝たまんまヨガ (60分)		はじめてのホットピラティス (60分)	スタンダード60 (60分)			
M.Nana	Y.Midori		Y.Midori	Y.Midori		K.Akemi	S.Rian			
14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 14:45		営業時間外	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00		
滝汗ダイエット (60分)	特別レッスン(60分)		スタンダード60 (60分)	ピラティス フートキャンプ (45分)			リンパデトックスヨガ (60分)	エアロビヨガ (60分)		
M.Nana	Y.Midori		S.Rian	M.Hitomi			K.Akemi	M.Hitomi		
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	
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)								背中美人ヨガ (60分)	
M.Hitomi	K.Akemi								Y.Midori	
17:30 ~ 18:30	営業時間外								17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30
全身と頭の 寝たまんまヨガ (60分)									営業時間外	営業時間外
Y.Midori										
営業時間外	営業時間外		17:30 ~ 18:30				17:30 ~ 18:30	営業時間外		
			リンパデトックスヨガ (60分)			スタンダード60 (60分)				
			K.Akemi			K.Akemi				
			19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15				
			みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分)	スタンダード60 (60分)	セルトル美脚ヨガ (60分)	肩こりリラックスヨガ (60分)				
			M.Hitomi	S.Rian	A.Miku	Y.Midori				
			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				
			姿勢コアトレーニング (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)	スタンダード60 (60分)				
			M.Hitomi	K.Akemi	K.Akemi	S.Rian				

love プレスポ島酒店		【 10/25 ~ 10/31 】		スケジュール		2026/09/29	更新					
10/25	10/26	10/27	10/28	10/29	10/30	10/31						
日	月	火	水	木	金	土						
10:30 ~ 11:30	定休日	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 12:00	営業時間外	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:15						
はじめてのホットピラティス (60分)		スタンダード 60 (60分)	EXパワーヨガ (会員権限定) (90分)		姿勢コアトレーニング (60分)	ピラティス フートキャンプ (45分)						
K.Akemi		S.Rian	M.Hitomi		M.Hitomi	M.Hitomi						
12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15	12:30 ~ 13:30		12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15						
滝汗ダ'イオヨガ (60分)		姿勢コアトレーニング (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)		エアロビヨガ (60分)	アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)						
Y.Midori		I.Azusa	K.Akemi		M.Hitomi	M.Hitomi						
14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00	営業時間外		14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00						
リンパデトックスヨガ (60分)		お腹引き締めヨガ (60分)			スタンダード 60 (60分)	背中美人ヨガ (60分)						
K.Akemi		I.Azusa			S.Rian	Y.Midori						
15:45 ~ 16:45		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)							スタンダード 60 (60分)					
S.Rian							K.Akemi					
営業時間外							営業時間外	営業時間外	17:30 ~ 18:30			
									子宮温活ヨガ (60分)	特別レッスン (60分)	はじめてのホットピラティス (60分)	全身と頭の 寝たまんまヨガ (60分)
									M.Hitomi	Y.Midori	K.Akemi	Y.Midori
									19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15
	はじめてのパワーヨガ (会員権限定) (60分)		骨盤底筋トレーニングヨガ (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)					滝汗ダ'イオヨガ (60分)			
	M.Hitomi		Y.Midori	K.Akemi					Y.Midori			
	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00					21:00 ~ 22:00			
	はじめてのホットピラティス (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)								
	K.Akemi	A.Miku	S.Rian	K.Akemi								