

【 07/01 ~ 07/08 】 スケジュール								2025/7/4	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 ~ 11:30		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
美ボディブロー ピラティス (60分)	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)	セルトル姿勢ヨガ (60分)	アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)		アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)	スリムアッププレス (60分)	
鈴木	目黒		西向	西向	目黒		目黒	目黒	
12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:00	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15
骨盤矯正ヨガ (60分)	お腹引き締めヨガ (60分)		スタンダード60 (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	ピラティス プートキッピング (45分)		骨盤矯正ヨガ (60分)	全員ととのう 緩たまんまヨガ (60分)	骨盤矯正ヨガ (60分)
西向	小野		西向	目黒	西向		西向	目黒	目黒
14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	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)	アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)		青中熟人ヨガ (60分)	子宮温活ヨガ (60分)	骨盤矯正ヨガ (60分)		骨盤矯正ヨガ (60分)	もも尻ヨガディス (60分)	
鈴木	目黒		目黒	鈴木	西向		西向	鈴木	
				15:45 ~ 16:45	15:45 ~ 16:45				
				美ボディブロー ピラティス (60分)	ピワーコガ Advance (会員枠限定) (60分)				
				鈴木	目黒				
				17:30 ~ 18:30					
				みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分)					
				西向					
17:30 ~ 18:15			17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30			17:30 ~ 18:30	
ピラティス プートキッピング (45分)			アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	疲れる身体をつくる ダイエットヨガ (60分)				骨盤矯正ヨガ (60分)	
西向			目黒	小野				西向	
19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15			19:15 ~ 20:15	
全身ととのう 緩たまんまヨガ (60分)	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)	オナのための オールインワンヨガ (60分)					エアロビヨガ (60分)	
目黒	西向	西向	小野					鈴木	
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00	
黒活ヨガ ver.2 (60分)	オトナのための オールインワンヨガ (60分)	青中熟人ヨガ (60分)	黒活ヨガ ver.2 (60分)					スタンダード60 (60分)	
小野	小野	目黒	小野					西向	

【 07/09 ~ 07/16 】 スケジュール								2025/7/4	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 ~ 11:30			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
みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分)			青中熟人ヨガ (60分)	眠れる体に整えるヨガ (60分)	BEAT CORE HIIT (45分)			みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分)	
西向			目黒	鈴木	小野			西向	
12:15 ~ 13:15			12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15
ピワーコガ Advance (会員枠限定) (60分)			アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	スリムアッププレス (60分)	スタンダード60 (60分)			全員ととのう 緩たまんまヨガ (60分)	
目黒			目黒	目黒	西向			目黒	
			14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00
			お腹引き締めヨガ (60分)	全員ととのう 緩たまんまヨガ (60分)	セルトル姿勢ヨガ (60分)			青中熟人ヨガ (60分)	
			小野	目黒	西向			目黒	
				15:45 ~ 16:45	15:45 ~ 16:45				
				骨盤矯正ヨガ (60分)	黒活ヨガ ver.2 (60分)				
				西向	小野				
				17:30 ~ 18:15					
				ピラティス プートキッピング (45分)					
				西向					
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30				17:30 ~ 18:30			
小顎リフトピラティス (60分)	はじめてのピワーコガ (会員枠限定) (60分)		オナのための オールインワンヨガ (60分)			エアロビヨガ (60分)			
鈴木	鈴木		小野			鈴木			
19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:00			19:15 ~ 20:15			
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)	ピラティス プートキッピング (45分)		スタンダード60 (60分)		骨盤矯正ヨガ (60分)	
目黒			鈴木	西向		小野		西向	
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	
エアロビヨガ (60分)			全員ととのう 緩たまんまヨガ (60分)	骨盤矯正ヨガ (60分)		小顎リフトピラティス (60分)		底せらあ体をつくる ダイエットヨガ (60分)	
鈴木			目黒			鈴木		小野	

定休日

olve 山形店 【 07/17 ~ 07/24 】 スケジュール								2025/7/4	更新
07/17	07/18	07/19	07/20	07/21	07/22	07/23	07/24		
木	金	土	日	月	火	水	木		
		10:30 ~ 11:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 目黒	10:30 ~ 11:30 美ボディヨガ ピラティス (60分) 鈴木	10:20 ~ 10:30 アサナ解説 【ハイランジ】 小野		10:30 ~ 11:30 はじめてのハーワーヨガ (会員様限定)(60分) 鈴木	10:30 ~ 11:30 骨盤矯正ヨガ (60分) 小野		
		12:15 ~ 13:15 エアロビヨガ (60分) 鈴木	12:15 ~ 13:15 開拓ヨガ ver.2 (60分) 小野	10:30 ~ 11:30 美姿勢アンチエイジング ヨガ(60分) 小野		12:15 ~ 13:15 リンパデトックスヨガ (60分) 目黒	12:15 ~ 13:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分) 小野		
		14:00 ~ 15:00 リンパデトックスヨガ (60分) 目黒	14:00 ~ 15:00 セルトル美脚ヨガ (60分) 鈴木	12:15 ~ 13:15 もも戻ヨガティス (60分) 鈴木		13:50 ~ 14:00 アサナ解説 【ナラジャーサナ】 目黒			
			15:35 ~ 15:45 アサナ解説 【ナラジャーサナ】 鈴木	14:00 ~ 15:00 二の脚引き締めヨガ (60分) 鈴木		14:00 ~ 15:00 青中年人ヨガ (60分) 目黒			
			15:45 ~ 16:45 スタンダード60 (60分) 鈴木	15:45 ~ 16:45 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 目黒					
17:30 ~ 18:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) 西向	17:30 ~ 18:30 オトナのための オールインワンヨガ (60分) 小野	17:30 ~ 18:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分) 小野			17:20 ~ 17:30 アサナ解説 【ダウンドッグ】 鈴木	17:30 ~ 18:30 セルトル美脚ヨガ (60分) 西向		17:30 ~ 18:30 セラピストヨガ (60分) 小野	
19:15 ~ 20:15 二の脚引き締めヨガ (60分) 鈴木	19:05 ~ 19:15 アサナ解説 【開脚前屈】 鈴木				17:30 ~ 18:30 全身とのう 寝たまん毛ヨガ (60分) 鈴木	17:30 ~ 18:30 眠れる体に整えるヨガ (60分) 鈴木	19:15 ~ 20:15 オトナのための オールインワンヨガ (60分) 小野		
20:50 ~ 21:00 アサナ解説 【ダウンドッグ】 鈴木	19:15 ~ 20:15 眠れる体に整えるヨガ (60分) 鈴木				19:15 ~ 20:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) 鈴木	19:15 ~ 20:15 もも戻ヨガティス (60分) 鈴木	20:50 ~ 21:00 アサナ解説 【ハイランジ】 小野		
21:00 ~ 22:00 子宮温活ヨガ (60分) 鈴木	21:00 ~ 22:00 お腹引き締めヨガ (60分) 小野				21:00 ~ 21:45 ピラティス ブートキャンプ (45分)	21:00 ~ 22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 目黒	21:00 ~ 22:00 骨盤矯正ヨガ ver.2 (60分) 小野		

olve 山形店 【 07/25 ~ 07/31 】 スケジュール								2025/7/4	更新
07/25	07/26	07/27	07/28	07/29	07/30	07/31			
金	土	日	月	火	水	木			
10:20 ~ 10:30 アサナ解説 【開脚前屈】 西向	10:30 ~ 11:30 エアロビヨガ (60分) 鈴木	10:30 ~ 11:30 骨盤矯正ヨガ (60分) 小野		10:30 ~ 11:30 全員ヒルト 寝たまん毛ヨガ (60分) 鈴木	10:30 ~ 11:30 小顎リフトピラティス (60分) 鈴木				
10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分) 西向	12:15 ~ 13:15 オトナのための オールインワンヨガ (60分) 小野	12:15 ~ 13:15 スリムアップブレス (60分) 目黒		12:15 ~ 13:15 開拓ヨガ ver.2 (60分) 小野	12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) 西向				
12:15 ~ 13:15 もも戻ヨガティス (60分) 鈴木	14:00 ~ 15:00 二の脚引き締めヨガ (60分) 鈴木	13:50 ~ 14:00 アサナ解説 【ダウンドッグ】 鈴木		14:00 ~ 15:00 青中年人ヨガ (60分) 目黒	14:00 ~ 15:00 エアロビヨガ (60分) 鈴木				
14:00 ~ 15:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) 西向	15:45 ~ 16:45 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 目黒	14:00 ~ 15:00 子宮温活ヨガ (60分) 鈴木							
	17:20 ~ 17:30 アサナ解説 【ハイランジ】 目黒	15:45 ~ 16:45 美ボディヨガ ピラティス (60分) 鈴木							
	17:30 ~ 18:30 リンパデトックスヨガ (60分) 目黒								
17:30 ~ 18:30 二の脚引き締めヨガ (60分) 鈴木				17:30 ~ 18:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分) 小野	17:30 ~ 18:30 スタンダード60 (60分) 西向				
19:15 ~ 20:15 骨盤矯正ヨガ (60分) 小野				19:15 ~ 20:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) 西向	19:15 ~ 20:15 オトナのための オールインワンヨガ (60分) 小野	19:15 ~ 20:15 眠れる体に整えるヨガ (60分) 鈴木			
21:00 ~ 21:45 BEAT CORE HIIT (45分) 小野				21:00 ~ 22:00 セルトル美脚ヨガ (60分) 西向	21:00 ~ 22:00 骨盤矯正ヨガ (60分) 西向	21:00 ~ 22:00 パワーヨガ Advance (会員様限定)(60分) 目黒			