

2025/12/26 更新

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	10:30 ~ 11:30	定休日	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 12:00	営業時間外
			滝汗'イロ30' (60分)		子宮温ヨガ (60分)	アドバンス90 (会員様限定) (90分)	
			田中		宮崎	宮崎	
			12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15	12:45 ~ 13:45	
			スタンダード60 (60分)		Beat Drum Diet 3.0 (45分)	骨盤矯正ヨガ (60分)	
		大場	宮崎		近藤	営業時間外	
		14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00		
		リンパデトックスヨガ (60分)	もも尻ヨガティス (60分)		スタンダード60 (60分)		
		田中	近藤		大場		
		15:45 ~ 16:45	15:45 ~ 16:45		営業時間外		
		お腹引き締めヨガ (60分)	免疫セラピーヨガ (60分)				
		近藤	田中				
17:30 ~ 18:30	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		
アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)							
宮崎							
17:30 ~ 18:30						17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30
アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)						エアロビヨガ (60分)	みるみる変わる 姿勢ビラティス (60分)
桂川	近藤	田中					
19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:00					
スタンダード60 (60分)	免疫セラピーヨガ (60分)	Beat Drum Diet 3.0 (45分)					
大場	田中	宮崎					
21:00 ~ 21:45	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00					
Movie Heroine Yoga (45分)	全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)					
桂川	田中	大場					

2025/12/26 更新

01/09	01/10	01/11	01/12	01/13	01/14	01/15	01/16	
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	
アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	背中美人ヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)		お腹引き締めヨガ (60分)	みるみる変わる 姿勢ヒラティス (60分)		滝汗が「イット3か」 (60分)	
宮崎	奥平	大場		伊藤	田中		田中	
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)	はじめてのホットピラティス (60分)	スリムアッププレス (60分)		全身とこのう 寝たまんまヨガ (60分)	パワーヨガAdvance (会員様限定) (60分)		骨盤矯正ヨガ (60分)	
近藤	近藤	宮崎		田中	宮崎		近藤	
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)	Beat Drum Diet 3.0 (45分)	スタンダード60 (60分)		リンパデトックスヨガ (60分)	Movie Heroine Yoga (45分)		全身とこのう 寝たまんまヨガ (60分)	
大場	奥平	大場		伊藤	田中		田中	
営業時間外	15:45 ~ 16:30	15:45 ~ 16:45		営業時間外	営業時間外		営業時間外	営業時間外
	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)						
	田中	桂川						
	17:30 ~ 18:30	営業時間外						
	腸活ヨガ ver.2 (60分)							
	近藤							
19:00 ~ 20:00								
滝汗が「イット3か」 (60分)	営業時間外							
田中								
17:30 ~ 18:30		スタンダード60 (60分)		大場	近藤			
スタンダード60 (60分)		スリムアッププレス (60分)		スタンダード60 (60分)	腸活ヨガ ver.2 (60分)			
大場		宮崎	大場	近藤				
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)	滝汗が「イット3か」 (60分)	スタンダード60 (60分)	アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)	もも尻ヨガティス (60分)				
田中	田中	大場	宮崎	近藤				
21:00 ~ 22:00	滝汗が「イット3か」 (60分)	アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	子宮温活ヨガ (60分)	Beat Drum Diet 3.0 (45分)	スタンダード60 (60分)			
田中	宮崎	宮崎	宮崎	大場				

## 2025/12/26 更新

2025/12/26 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 ~ 11:15	定休日	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	営業時間外	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30				
Movie Heroine Yoga (45分)		スタンダード60 (60分)	ボールでゆるめてゆかみとりヨガ (60分)		スリムアッププレス (60分)	はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)				
田中		大場	宮崎		宮崎	宮崎				
12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15				
スタンダード60 (60分)		背中美人ヨガ (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)	背中美人ヨガ (60分)				
大場		宮崎	近藤		大場	宮崎				
14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 14:45		14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00				
パワーヨガAdvance (会員様限定) (60分)		アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	Beat Drum Diet 3.0 (45分)		子宮温活ヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)				
宮崎		長谷川	宮崎		宮崎	大場				
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			
腸活ヨガ ver.2 (60分)							お腹引き締めヨガ (60分)			
近藤							近藤			
営業時間外							17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30
							全身とどう稼たまんまヨガ (60分)	もも尻ヨガティス (60分)	Movie Heroine Yoga (45分)	スタンダード60 (60分)
							田中	近藤	田中	大場
	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 (会員様限定) (60分)			腸活ヨガ ver.2 (60分)			はじめてのホットピラティス (60分)	エアロビヨガ (60分)		
	宮崎			近藤			近藤	近藤		
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00	営業時間外		
滝汗ヨガ ver.2 (60分)	スタンダード60 (60分)	骨盤矯正ヨガ (60分)	腸活ヨガ ver.2 (60分)							
田中	大場	近藤	近藤							
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						