

love イオン古河店 【 07/01 ~ 07/08 】 スケジュール								2025/06/20	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	定休日	10:30 ~ 11:30		
直せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分)	骨盤矯正ヨガ (60分)		アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	美姿勢アンチエイジング ヨガ(60分)	美ボディフロー ピラティス (60分)		全身ととうろ 骨たまんまヨガ (60分)		
横田	塚本		倉持	倉持	塚本		横田		
12:00 ~ 13:00	12:15 ~ 13:00		12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15		12:00 ~ 13:00		
オトナのための オールインワンヨガ (60分)	Beat Drum Diet 3.0 (45分)		リンパデトックスヨガ (60分)	スリムアッププレス (60分)	アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)		お腹引き締めヨガ (60分)		
塚本	塚本		池内	石田	倉持		倉持		
13:30 ~ 14:30	14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00		13:30 ~ 14:30		
免疫セラピーヨガ (60分)	アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (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)		Sound Feel Yoga ver.2(60分)		
横田	倉持		倉持	中根	池内		横田		
15:00 ~ 16:00				15:45 ~ 16:45	15:45 ~ 16:45		15:00 ~ 16:00		
ホットピラティス (60分)				はじめての、パワーヨガ (会員様限定) (60分)	セルトル美脚ヨガ (60分)		骨盤矯正ヨガ (60分)		
塚本				石田	倉持		塚本		
				17:30 ~ 18:30					
				眠れる体に整えるヨガ (60分)					
				塚本					
				19:15 ~ 20:15					
				エアロビヨガ (60分)					
				塚本					
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:15	17:30 ~ 18:30				17:30 ~ 18:30		
アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	BEAT CORE HIIT (45分)	スタンダード 60 (60分)				もも尻ヨガティス (60分)		
倉持	池内	横田	中根				塚本		
19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15				19:15 ~ 20:15		
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)	美ボディフロー ピラティス (60分)				スタンダード 60 (60分)		
倉持	池内	池内	塚本				中根		
20:50 ~ 21:50	20:50 ~ 21:50	20:50 ~ 21:50	20:50 ~ 21:50				20:50 ~ 21:50		
スタンダード 60 (60分)	お腹引き締めヨガ (60分)	スタンダード 60 (60分)	眠れる体に整えるヨガ (60分)				リンパデトックスヨガ (60分)		
中根	倉持	中根	塚本				池内		

love イオン古河店 【 07/09 ~ 07/16 】 スケジュール								2025/06/20	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 ~ 11:30	定休日	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		
もも尻ヨガティス (60分)		眠れる体に整えるヨガ (60分)	スタンダード 60 (60分)	アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)		エアロビヨガ (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)		
塚本		塚本	池内	倉持		塚本	中根		
12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15		12:00 ~ 13:00	12:15 ~ 13:15		
アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)		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)	お腹引き締めヨガ (60分)		骨盤矯正ヨガ (60分)	直せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分)		
倉持		横田	池内	倉持		塚本	横田		
14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 14:45	14:00 ~ 15:00		13:30 ~ 14:30	14:00 ~ 15:00		
美姿勢アンチエイジング ヨガ(60分)		全身ととうろ 骨たまんまヨガ (60分)	Beat Drum Diet 3.0 (45分)	スタンダード 60 (60分)		セルトル美脚ヨガ (60分)	スタンダード 60 (60分)		
倉持		横田	塚本	池内		倉持	池内		
			15:45 ~ 16:45	15:45 ~ 16:45		15:00 ~ 16:00			
			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)			
			中根	池内		池内			
			17:30 ~ 18:30						
			美ボディフロー ピラティス (60分)						
			塚本						
			19:15 ~ 20:15						
			アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)						
			塚本						
17:30 ~ 18:15	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30				17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30		
BEAT CORE HIIT (45分)	美姿勢アンチエイジング ヨガ(60分)	スタンダード 60 (60分)				全身ととうろ 骨たまんまヨガ (60分)	Sound Feel Yoga ver.2(60分)		
横田	倉持	池内				横田	横田		
19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15				19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15		
免疫セラピーヨガ (60分)	スタンダード 60 (60分)	お腹引き締めヨガ (60分)				美姿勢アンチエイジング ヨガ(60分)	アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)		
横田	中根	倉持				倉持	塚本		
20:50 ~ 21:50	20:50 ~ 21:50	20:50 ~ 21:50				20:50 ~ 21:50	20:50 ~ 21:50		
スタンダード 60 (60分)	セルトル美脚ヨガ (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)				はじめての、パワーヨガ (会員様限定) (60分)	ホットピラティス (60分)		
池内	倉持	池内				横田	塚本		

Iolive イオン古河店		【 07/17 ~ 07/24 】		スケジュール	2025/06/20 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
	10:20 ~ 10:30 アサナ解説 【ナタラジャーサナ】 中根	10:30 ~ 11:15 BEAT CORE HIIT (45分) 横田	10:20 ~ 10:30 アサナ解説 【ダウンドック】 中根	定休日	10:30 ~ 11:30 リンパデトックスヨガ (60分) 池内	10:20 ~ 10:30 アサナ解説 【ハイランジ】 塚本	
	10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分) 中根	12:15 ~ 13:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分) 横田	10:30 ~ 11:30 リンパデトックスヨガ (60分) 中根		12:00 ~ 13:00 ホットピラティス (60分) 塚本	10:30 ~ 11:30 オトナのための オールインワンヨガ (60分) 塚本	
	12:15 ~ 13:15 免疫セラピーヨガ (60分) 横田	13:50 ~ 14:00 アサナ解説 【ハイランジ】 池内	12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) 中根		13:30 ~ 14:30 スタンダード60 (60分) 中根	12:15 ~ 13:15 免疫セラピーヨガ (60分) 横田	
	14:00 ~ 15:00 二の腕引き締めヨガ (60分) 横田	14:00 ~ 15:00 リンパデトックスヨガ (60分) 池内	14:00 ~ 15:00 セルトル美脚ヨガ (60分) 倉持		15:00 ~ 16:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 藤崎	14:00 ~ 15:00 Sound Feel Yoga ver.2(60分) 横田	
		15:45 ~ 16:45 お腹引き締めヨガ (60分) 倉持	15:45 ~ 16:45 アロマリラクゼーションヨガ HERBAL RELAX (60分) 倉持				
17:20 ~ 17:30 アサナ解説 【開脚前屈】 倉持		17:30 ~ 18:30 スタンダード60 (60分) 池内			17:30 ~ 18:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分) 横田		17:30 ~ 18:30 もも尻ヨガティス (60分) 塚本
17:30 ~ 18:30 美姿勢アンチエイジング ヨガ(60分) 倉持	17:30 ~ 18:30 オトナのための オールインワンヨガ (60分) 塚本	19:15 ~ 20:15 美姿勢アンチエイジング ヨガ(60分) 倉持			19:15 ~ 20:15 アロマリラクゼーションヨガ DEEP FOREST (60分) 倉持	17:30 ~ 18:30 リンパデトックスヨガ (60分) 中根	19:05 ~ 19:15 アサナ解説 【開脚前屈】 横田
19:15 ~ 20:15 美ボディフロー ピラティス (60分) 塚本	19:15 ~ 20:15 エアロビヨガ (60分) 塚本				20:40 ~ 20:50 アサナ解説 【ダウンドック】 塚本	19:15 ~ 20:15 お腹引き締めヨガ (60分) 倉持	19:15 ~ 20:15 免疫セラピーヨガ (60分) 横田
20:50 ~ 21:50 アロマリラクゼーションヨガ FRUITY DIET (60分) 倉持	20:50 ~ 21:50 リンパデトックスヨガ (60分) 池内				20:50 ~ 21:50 眠れる体に整えるヨガ (60分) 塚本	20:50 ~ 21:50 アロマリラクゼーションヨガ HERBAL RELAX (60分) 倉持	20:50 ~ 21:50 パワーヨガ Advance (会員様限定) (60分) 横田

IOLVE イオン古河店		【 07/25 ~ 07/31 】		スケジュール	2025/06/20	更新
07/25	07/26	07/27	07/28	07/29	07/30	07/31
金	土	日	月	火	水	木
10:30 ~ 11:30 お腹引き締めヨガ (60分) 倉持	10:30 ~ 11:30 美ボディフロー ピラティス (60分) 塚本	10:20 ~ 10:30 アサナ解説 【開脚前屈】 池内	定休日	10:30 ~ 11:30 パワーヨガ Advance (会員様限定) (60分) 横田	10:30 ~ 11:30 骨盤矯正ヨガ (60分) 塚本	
12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) 池内	12:15 ~ 13:15 肩こりラクゼーション ヨガ(60分) 高橋	10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分) 池内		12:00 ~ 13:00 免疫セラピーヨガ (60分) 横田	12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) 中根	
13:50 ~ 14:00 アサナ解説 【ハイランジ】 倉持	14:00 ~ 15:30 アドバンスト90 (会員様限定) (90分) 高橋	12:15 ~ 13:15 もも尻ヨガティス (60分) 塚本		13:30 ~ 14:30 セルトル美脚ヨガ (60分) 倉持	14:00 ~ 14:45 BEAT CORE HIIT (45分) 横田	
14:00 ~ 15:00 美姿勢アンチエイジング ヨガ(60分) 倉持	16:15 ~ 17:15 リンパデトックスヨガ (60分) 中根	14:00 ~ 15:00 リンパデトックスヨガ (60分) 中根		15:00 ~ 16:00 アロマリラクゼーション HERBAL RELAX (60分) 倉持		
	18:00 ~ 19:00 エアロビヨガ (60分) 塚本	15:45 ~ 16:45 オトナのための オールインワンヨガ (60分) 塚本				
	19:35 ~ 19:45 アサナ解説 【ナタラジャーサナ】 中根					
17:30 ~ 18:30 リンパデトックスヨガ (60分) 中根	19:45 ~ 20:45 スタンダード60 (60分) 中根			17:30 ~ 18:30 スタンダード60 (60分) 池内	17:30 ~ 18:30 アロマリラクゼーション FRUITY DIET (60分) 倉持	17:30 ~ 18:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 横田
19:15 ~ 20:15 全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分) 横田				19:15 ~ 20:00 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 塚本	19:15 ~ 20:15 美姿勢アンチエイジング ヨガ(60分) 倉持	19:15 ~ 20:15 オトナのための オールインワンヨガ (60分) 塚本
20:50 ~ 21:35 BEAT CORE HIIT (45分) 横田				20:50 ~ 21:50 骨盤矯正ヨガ (60分) 塚本	20:50 ~ 21:50 二の腕引き締めヨガ (60分) 横田	20:50 ~ 21:50 リンパデトックスヨガ (60分) 中根