

スケジュール								2025/10/28	更新
11/01	11/02	11/03	11/04	11/05	11/06	11/07	11/08		
土	日	月	火	水	木	金	土		
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		
スタンダード60 (60分)	リンパドレックスヨガ (60分)		アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60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)	Beat Drum Diet 3.0 (45分)		
中根	中根		倉持	倉持		中根	中根		
12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:00	12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15		
Sound Feel Yoga ver.2(60分)	はじめてのホットピラティス (60分)		ピラティス ブートキャンプ (45分)	スタンダード60 (60分)		青中美人ヨガ (60分)	全員とのう 寝たまんまヨガ (60分)		
横田	池内		倉持	池内		中根	鈴木		
14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00		
免疫セラピーヨガ (60分)	エアロビヨガ (60分)		肩コリラックスヨガ (60分)	お腹引き締めヨガ (60分)		眠れる体に整えるヨガ (60分)	二の腕引き締めヨガ (60分)		
横田	中根		池内	倉持		鈴木	鈴木		
15:45 ~ 16:45	15:45 ~ 16:45								
青中美人ヨガ (60分)	肩コリラックスヨガ (60分)								
中根	池内								
17:30 ~ 18:30			17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:00 ~ 18:30	17:30 ~ 18:15	17:30 ~ 18:30		
肩コリラックスヨガ (60分)			二の腕引き締めヨガ (60分)	眠れる体に整えるヨガ (60分)	アドベンス90 (会員枠限定)(90分)	ピラティス ブートキャンプ (45分)	はじめてのホットピラティス (60分)		
池内			鈴木	鈴木	池内	倉持	池内		
19:15 ~ 20:15			19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15		
はじめてのホットピラティス (60分)			全員とのう 寝たまんまヨガ (60分)	美ボディフロー ピラティス (60分)	リンパドレックスヨガ (60分)	アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)	スリムアップクラス (60分)		
池内			鈴木	鈴木	池内	倉持	池内		
20:50 ~ 21:50			20:50 ~ 21:50	20:50 ~ 21:50	20:50 ~ 21:50	20:50 ~ 21:50	20:50 ~ 21:50		
リンパドレックスヨガ (60分)			オトナのための オールインワンヨガ (60分)	お腹引き締めヨガ (60分)	肩コリラックスヨガ (60分)				
			中根	倉持	池内				

スケジュール								2025/10/28	更新
11/09	11/10	11/11	11/12	11/13	11/14	11/15	11/16		
日	月	火	水	木	金	土	日		
10:30 ~ 11:30 オナのための オールインヨガ (60分)		10:30 ~ 11:30 二の脚引き締めヨガ (60分)	10:30 ~ 11:30 はじめてのパワーヨガ (60分)		10:30 ~ 11:30 美姿勢アンチエイジング ヨガ(60分)	10:30 ~ 11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)		10:30 ~ 11:15 ピラティス ポートヨガ (45分)	
堀本		鈴木	池内		倉持	倉持	倉持		
12:15 ~ 13:15 美ボディフロー ピラティス (60分)		12:15 ~ 13:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分)	12:15 ~ 13:15 エアピヨガ (60分)		12:15 ~ 13:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	12:15 ~ 13:15 お腹引き締めヨガ (60分)		12:15 ~ 13:15 全身ととのう 整ったまんまヨガ (60分)	
堀本		堀本	中根		堀本	倉持	倉持	鈴木	
14:00 ~ 15:00 眠れる体に整えるヨガ (60分)		14:00 ~ 15:00 オナのための オールインヨガ (60分)	14:00 ~ 15:30 アドバンス90 (会員様限定)(90分)		14:00 ~ 15:00 お腹引き締めヨガ (60分)	14:00 ~ 15:00 リンパデトックスヨガ (60分)		14:00 ~ 15:00 二の脚引き締めヨガ (60分)	
鈴木		堀本	池内		倉持	中根	鈴木		
15:45 ~ 16:45 Sound Feel Yoga ver.2(60分)						15:45 ~ 16:45 スタンダード60 (60分)		15:45 ~ 16:45 美姿勢アンチエイジング ヨガ(60分)	
鈴木						中根		倉持	
17:30 ~ 18:30 免疫セラピーヨガ (60分)		17:30 ~ 18:30 全身ととのう 整ったまんまヨガ (60分)	17:30 ~ 18:30 Sound Feel Yoga ver.2(60分)		17:30 ~ 18:30 眠れる体に整えるヨガ (60分)	17:30 ~ 18:30 美ボディフロー ピラティス (60分)			
横田		鈴木	横田		鈴木	堀本			
19:15 ~ 20:15 Sound Feel Yoga ver.2(60分)		19:15 ~ 20:15 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分)	19:15 ~ 20:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)		19:15 ~ 20:15 二の脚引き締めヨガ (60分)	19:15 ~ 20:15 オナのための オールインヨガ (60分)			
横田		堀本	倉持		鈴木	堀本			
20:50 ~ 21:50 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)		20:50 ~ 21:35 Beat Drum Diet 3.0 (45分)	20:50 ~ 21:50 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)		20:50 ~ 21:50 スタンダード60 (60分)				
倉持		鈴木	横田		横田	中根			

olve イオン古河店 【 11/17 ~ 11/24 】 スケジュール								2025/10/28	更新
11/17	11/18	11/19	11/20	11/21	11/22	11/23	11/24		
月	火	水	木	金	土	日	月		
	10:30 ~ 11:30 はじめてのホットピラティス (60分)	10:30 ~ 11:30 リンパデトックスヨガ (60分)		10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分)	エアロビヨガ (60分)	免疫セラピーヨガ (60分)			
	池内	中根		中根	中根	横田			
	12:15 ~ 13:00 ピラティス ブートキャンプ (45分)	12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分)		12:15 ~ 13:15 青中大人ヨガ (60分)	全身ととのう 寝たまんまヨガ (60分)	はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(60分)			
	倉持	中根		中根	鈴木	横田			
	14:00 ~ 15:00 肩コリラックスヨガ (60分)	14:00 ~ 15:00 スリムアッププレス (60分)		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)			
	池内	池内		池内	倉持	中根			
					15:45 ~ 16:45 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分)	15:45 ~ 16:30 ピラティス ブートキャンプ (45分)			
					堺本	倉持			
	17:30 ~ 18:30 Sound Feel Yoga ver.2(60分)	17:30 ~ 18:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分)	17:30 ~ 18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	17:30 ~ 18:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分)	17:30 ~ 18:30 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)				
	横田	堺本	倉持	堺本	堺本				
	19:15 ~ 20:15 スタンダード60 (60分)	19:15 ~ 20:15 美ボディフロー ピラティス (60分)	19:15 ~ 20:15 眠れる体に整えるヨガ (60分)	19:15 ~ 20:15 オトナのための オールインワンヨガ (60分)	19:15 ~ 20:45 アドバンス90 (会員様限定)(90分)				
	中根	堺本	鈴木	堺本	池内				
	20:50 ~ 21:50 免疫セラピーヨガ (60分)	20:50 ~ 21:50 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	20:50 ~ 21:50 お腹引き締めヨガ (60分)	20:50 ~ 21:50 眠れる体に整えるヨガ (60分)					
	横田	倉持	倉持	鈴木					

定休日

olve イオン古河店 【 11/25 ~ 11/30 】 スケジュール								2025/10/28	更新
11/25	11/26	11/27	11/28	11/29	11/30				
火	水	木	金	土	日				
	10:30 ~ 11:30 青中大人ヨガ (60分)	10:30 ~ 11:30 オトナのための オールインワンヨガ (60分)		10:30 ~ 11:30 リンパデトックスヨガ (60分)	アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	Sound Feel Yoga ver.2(60分)			
	中根	堺本		中根	倉持	横田			
	12:15 ~ 13:15 リンパデトックスヨガ (60分)	12:15 ~ 13:15 スリムアッププレス (60分)		12:15 ~ 13:15 金島ととのう 寝たまんまヨガ (60分)	二の腹引き締めヨガ (60分)	はじめてのホットピラティス (60分)			
	中根	池内		鈴木	鈴木	池内			
	14:00 ~ 15:30 アドバンス90 (会員様限定)(90分)	14:00 ~ 15:00 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分)		14:00 ~ 15:00 青中大人ヨガ (60分)	みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分)	ピラティス ブートキャンプ (45分)			
	池内	堺本		中根	堺本	倉持			
					15:45 ~ 16:45 オトナのための オールインワンヨガ (60分)	肩コリラックスヨガ (60分)			
					堺本	池内			
	17:30 ~ 18:30 美姿勢アンチエイジング ヨガ(60分)	17:30 ~ 18:30 金島ととのう 寝たまんまヨガ (60分)	17:30 ~ 18:30 Sound Feel Yoga ver.2(60分)	17:30 ~ 18:30 眠れる体に整えるヨガ (60分)	17:30 ~ 18:30 青中大人ヨガ (60分)				
	倉持	鈴木	鈴木	鈴木	中根				
	19:15 ~ 20:15 お腹引き締めヨガ (60分)	19:15 ~ 20:15 眠れる体に整えるヨガ (60分)	19:15 ~ 20:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(60分)	19:15 ~ 20:00 美ボディフロー ピラティス (60分)	19:15 ~ 20:15 スタンダード60 (60分)				
	倉持	鈴木	横田	堀田	中根				
	20:50 ~ 21:50 金島ととのう 寝たまんまヨガ (60分)	20:50 ~ 21:50 エアロビヨガ (60分)	20:50 ~ 21:50 免疫セラピーヨガ (60分)	20:50 ~ 21:50 オトナのための オールインワンヨガ (60分)					
	鈴木	中根	横田	堀田	堀田				