

| 06/01 | 06/02   | 06/03  | 06/04   | 06/05  | 06/06   | 06/07   | 06/08 |
|-------|---|--|---|--|---|---|-------|
| 月     | 火   | 水  | 木   | 金  | 土   | 日   | 月     |
| 定休日   | 10:30 ~ 11:30<br>骨盤矯正ヨガ (60分)<br>Y.Miyuu            | 10:30 ~ 11:30<br>アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)<br>S.Aimi | 10:30 ~ 11:30<br>Sound Feel Yoga ver.2(60分)<br>S.Aimi | 10:30 ~ 11:30<br>スタンダード60 (60分)<br>Ko.Mizuki           | 10:30 ~ 11:30<br>背中美人ヨガ (60分)<br>Ka.Mizuki              | 10:30 ~ 11:30<br>全身ととのう 疲たまんまヨガ (60分)<br>T.Rin    | 定休日   |
|       | 12:00 ~ 13:00<br>スタンダード60 (60分)<br>Ko.Mizuki        | 12:00 ~ 13:00<br>滝汗「イェイヨ」 (60分)<br>Y.Miyuu               | 12:00 ~ 13:00<br>全身ととのう 疲たまんまヨガ (60分)<br>T.Rin        | 12:00 ~ 13:00<br>リンパデトックスヨガ (60分)<br>Y.Miyuu           | 12:15 ~ 13:15<br>スタンダード60 (60分)<br>Ko.Mizuki            | 12:15 ~ 13:15<br>はじめてのホットピラティス (60分)<br>Ka.Mizuki |       |
|       | 13:30 ~ 14:30<br>オトナのための オールインワンヨガ (60分)<br>Y.Miyuu | 13:30 ~ 14:30<br>スタンダード60 (60分)<br>N.Mami                | 13:30 ~ 14:30<br>眠れる体に整えるヨガ (60分)<br>S.Aimi           | 13:30 ~ 14:30<br>エアロピヨガ (60分)<br>S.Aimi                | 14:00 ~ 15:00<br>アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)<br>T.Rin | 14:00 ~ 14:45<br>BEAT CORE HIIT (45分)<br>T.Rin    |       |
|       | 15:00 ~ 16:00<br>お腹引き締めヨガ (60分)<br>T.Rin            | 15:00 ~ 16:00<br>骨盤底筋トレーニングヨガ (60分)<br>T.Rin             | 15:00 ~ 16:00<br>スタンダード60 (60分)<br>N.Mami             | 15:00 ~ 16:00<br>子音風圧ヨガ (60分)<br>Ka.Mizuki             | 15:45 ~ 16:15<br>はじめてのホットピラティス (60分)<br>Ka.Mizuki       | 15:45 ~ 16:45<br>スタンダード60 (60分)<br>N.Mami         |       |
|       |   |  |   |  | 16:45 ~ 17:45<br>スタンダード60 (60分)<br>N.Mami               |   |       |
|       |   |  |   |  | 18:15 ~ 19:15<br>骨盤底筋トレーニングヨガ (60分)<br>T.Rin            |   |       |
|       | 18:00 ~ 19:00<br>眠れる体に整えるヨガ (60分)<br>S.Aimi         | 18:00 ~ 19:00<br>スタンダード60 (60分)<br>Ko.Mizuki             | 18:00 ~ 19:00<br>滝汗「イェイヨ」 (60分)<br>Y.Miyuu            | 18:00 ~ 19:00<br>アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)<br>T.Rin |   |   |       |
|       | 19:30 ~ 20:30<br>スタンダード60 (60分)<br>N.Mami           | 19:30 ~ 20:30<br>はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)<br>Y.Miyuu     | 19:30 ~ 20:30<br>骨盤底筋トレーニングヨガ (60分)<br>T.Rin          | 19:30 ~ 20:30<br>スタンダード60 (60分)<br>N.Mami              |   |   |       |
|       | 21:00 ~ 22:00<br>美ボディフロー ピラティス (60分)<br>S.Aimi      | 21:00 ~ 22:00<br>全身ととのう 疲たまんまヨガ (60分)<br>T.Rin           | 21:00 ~ 22:00<br>スタンダード60 (60分)<br>Ko.Mizuki          | 21:00 ~ 22:00<br>背中美人ヨガ (60分)<br>Ka.Mizuki             |   |   |       |
|       |   |  |   |  | 営業時間外   | 営業時間外   |       |

| 06/09  | 06/10  | 06/11  | 06/12  | 06/13  | 06/14  | 06/15 | 06/16  |
|--|--|--|--|--|--|-------|--|
| 火  | 水  | 木  | 金  | 土  | 日  | 月     | 火  |
| 10:30 ~ 11:30<br>アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)<br>T.Rin | 10:30 ~ 11:30<br>スタンダード60 (60分)<br>Ko.Mizuki | 10:30 ~ 11:30<br>みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分)<br>Ka.Mizuki  | 10:30 ~ 11:30<br>骨盤矯正ヨガ (60分)<br>Y.Miyuu                 | 10:30 ~ 11:30<br>スタンダード60 (60分)<br>Ko.Mizuki           | 10:30 ~ 11:30<br>骨盤底筋トレーニングヨガ (60分)<br>T.Rin   | 定休日   | 10:30 ~ 11:30<br>はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)<br>Y.Miyuu |
| 12:00 ~ 13:00<br>スタンダード60 (60分)<br>N.Mami              | 12:00 ~ 13:00<br>リンパデトックスヨガ (60分)<br>Y.Miyuu | 12:00 ~ 13:00<br>エアロピヨガ (60分)<br>S.Aimi              | 12:00 ~ 13:00<br>スタンダード60 (60分)<br>N.Mami                | 12:00 ~ 13:00<br>アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)<br>T.Rin | 12:15 ~ 13:15<br>背中美人ヨガ (60分)<br>Ka.Mizuki     |       | 12:00 ~ 13:00<br>免疫セラピーヨガ (60分)<br>T.Rin             |
| 13:30 ~ 14:30<br>骨盤底筋トレーニングヨガ (60分)<br>T.Rin           | 13:30 ~ 14:30<br>二の腕引き締めヨガ (60分)<br>S.Aimi   | 13:30 ~ 14:30<br>スタンダード60 (60分)<br>Ko.Mizuki         | 13:30 ~ 14:30<br>はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)<br>Y.Miyuu     | 13:30 ~ 15:00<br>アドベンス90 (会員様限定) (90分)<br>S.Aimi       | 14:00 ~ 15:00<br>スタンダード60 (60分)<br>Ko.Mizuki   |       | 13:30 ~ 14:30<br>オトナのための オールインワンヨガ (60分)<br>Y.Miyuu  |
| 15:00 ~ 16:00<br>美ボディフロー ピラティス (60分)<br>S.Aimi         |  | 15:00 ~ 16:00<br>子音風圧ヨガ (60分)<br>Ka.Mizuki           | 15:00 ~ 16:00<br>アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)<br>S.Aimi | 15:30 ~ 16:30<br>みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分)<br>Ka.Mizuki    | 15:45 ~ 16:45<br>全身ととのう 疲たまんまヨガ (60分)<br>T.Rin |       | 15:00 ~ 16:00<br>スタンダード60 (60分)<br>Ko.Mizuki         |
|  | 営業時間外  |  |  | 17:00 ~ 18:00<br>骨盤底筋トレーニングヨガ (60分)<br>T.Rin           |  |       |  |
|  |  |  |  | 18:30 ~ 19:30<br>はじめてのホットピラティス (60分)<br>Ka.Mizuki      |  |       |  |
| 18:00 ~ 19:00<br>オトナのための オールインワンヨガ (60分)<br>Y.Miyuu    | 18:00 ~ 19:00<br>背中美人ヨガ (60分)<br>Ka.Mizuki   | 18:00 ~ 19:00<br>骨盤矯正ヨガ (60分)<br>Y.Miyuu             | 18:00 ~ 19:00<br>全身ととのう 疲たまんまヨガ (60分)<br>T.Rin           |  |  |       | 18:00 ~ 19:00<br>エアロピヨガ (60分)<br>S.Aimi              |
| 19:30 ~ 20:30<br>Sound Feel Yoga ver.2(60分)<br>S.Aimi  | 19:30 ~ 20:30<br>スタンダード60 (60分)<br>N.Mami    | 19:30 ~ 20:30<br>美ボディフロー ピラティス (60分)<br>S.Aimi       | 19:30 ~ 20:30<br>眠れる体に整えるヨガ (60分)<br>S.Aimi              |  |  |       | 19:30 ~ 20:30<br>スタンダード60 (60分)<br>N.Mami            |
| 21:00 ~ 22:00<br>リンパデトックスヨガ (60分)<br>Y.Miyuu           | 21:00 ~ 22:00<br>免疫セラピーヨガ (60分)<br>T.Rin     | 21:00 ~ 22:00<br>はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)<br>Y.Miyuu | 21:00 ~ 21:45<br>BEAT CORE HIIT (45分)<br>T.Rin           |  |  |       | 21:00 ~ 22:00<br>眠れる体に整えるヨガ (60分)<br>S.Aimi          |
|  |  |  |  | 営業時間外  | 営業時間外  |       |  |

| love 函館店                                      |                                     | 【 06/17 ~ 06/24 】                            |                                       |  |       | スケジュール                                   |   | 2026/06/04 | 更新 |
|---|-------------------------------------|--|---------------------------------------|--|-------|--|---|------------|----|
| 06/17   | 06/18                               | 06/19  | 06/20                                 | 06/21                                    | 06/22 | 06/23                                    | 06/24                                   |            |    |
| 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                           |            |    |
| アロマリラックスヨガ<br>HERBAL RELAX<br>(60分)<br>S.Aimi | はじめてのホットピラティス<br>(60分)<br>Ka.Mizuki | スタンダード60<br>(60分)<br>N.Mami                  | 金身ととう<br>寝たまんまヨガ<br>(60分)<br>T.Rin    | 背中美人ヨガ<br>(60分)<br>Ka.Mizuki             |       | 背中美人ヨガ<br>(60分)<br>Ka.Mizuki             | リンパデトックスヨガ<br>(60分)<br>Y.Miyuu          |            |    |
| 12:00 ~ 13:00                                 | 12:00 ~ 13:00                       | 12:00 ~ 13:00                                | 12:15 ~ 13:15                         | 12:15 ~ 13:15                            |       | 12:00 ~ 13:00                            | 12:00 ~ 13:00                           |            |    |
| 二の腕引き締めヨガ<br>(60分)<br>S.Aimi                  | スタンダード60<br>(60分)<br>Ko.Mizuki      | 青盤矯正ヨガ<br>(60分)<br>Y.Miyuu                   | はじめてのホットピラティス<br>(60分)<br>Ka.Mizuki   | リンパデトックスヨガ<br>(60分)<br>Y.Miyuu           |       | スタンダード60<br>(60分)<br>N.Mami              | 子宮温活ヨガ<br>(60分)<br>Ka.Mizuki            |            |    |
| 13:30 ~ 14:30                                 | 13:30 ~ 14:30                       | 13:30 ~ 14:30                                | 14:00 ~ 15:00                         | 14:00 ~ 15:00                            |       | 13:30 ~ 14:30                            | 13:30 ~ 14:30                           |            |    |
| スタンダード60<br>(60分)<br>N.Mami                   | 子宮温活ヨガ<br>(60分)<br>Ka.Mizuki        | 滝汗ダイエット<br>(60分)<br>Y.Miyuu                  | お腹引き締めヨガ<br>(60分)<br>T.Rin            | みるみる変わる<br>姿勢ピラティス<br>(60分)<br>Ka.Mizuki |       | みるみる変わる<br>姿勢ピラティス<br>(60分)<br>Ka.Mizuki | Sound Feel Yoga<br>ver.2(60分)<br>S.Aimi |            |    |
|   |                                     | 15:00 ~ 16:00                                | 15:45 ~ 16:45                         | 15:45 ~ 16:45                            |       | 15:00 ~ 16:00                            |   |            |    |
|   |                                     | アロマリラックスヨガ<br>DEEP FOREST<br>(60分)<br>S.Aimi | 子宮温活ヨガ<br>(60分)<br>Ka.Mizuki          | スタンダード60<br>(60分)<br>Ko.Mizuki           |       | 眠れる体に整えるヨガ<br>(60分)<br>S.Aimi            |   |            |    |
|   |                                     |  | 17:30 ~ 18:30                         |  |       |  |   |            |    |
|   |                                     |  | スタンダード60<br>(60分)<br>Ko.Mizuki        |  |       |  |   |            |    |
|   |                                     |  | 19:00 ~ 20:00                         |  |       |  |   |            |    |
|   |                                     |  | はじめてのパワーヨガ<br>(金員権限定)(60分)<br>Y.Miyuu |  |       |  |   |            |    |
|   |                                     |  |                                       |  | 定休日   |  |   |            |    |
| 18:00 ~ 19:00                                 | 18:00 ~ 19:00                       | 18:00 ~ 19:00                                |                                       |  |       | 18:00 ~ 19:00                            | 18:00 ~ 19:00                           |            |    |
| スタンダード60<br>(60分)<br>Ko.Mizuki                | 滝汗ダイエット<br>(60分)<br>Y.Miyuu         | 子宮温活ヨガ<br>(60分)<br>Ka.Mizuki                 |                                       |  |       | オトナのための<br>オールインワンヨガ<br>(60分)<br>Y.Miyuu | 青盤矯正トレーニングヨガ<br>(60分)<br>T.Rin          |            |    |
| 19:30 ~ 20:30                                 | 19:30 ~ 20:30                       | 19:30 ~ 20:30                                |                                       |  |       | 19:30 ~ 20:30                            | 19:30 ~ 20:30                           |            |    |
| 子宮温活ヨガ<br>(60分)<br>Ka.Mizuki                  | スタンダード60<br>(60分)<br>N.Mami         | 美ボディフロー<br>ピラティス<br>(60分)<br>S.Aimi          |                                       |  |       | Sound Feel Yoga<br>ver.2(60分)<br>S.Aimi  | スタンダード60<br>(60分)<br>Ko.Mizuki          |            |    |
| 21:00 ~ 22:00                                 | 21:00 ~ 22:00                       | 21:00 ~ 22:00                                |                                       |  |       | 21:00 ~ 22:00                            | 21:00 ~ 22:00                           |            |    |
| 背中美人ヨガ<br>(60分)<br>Ka.Mizuki                  | 青盤矯正ヨガ<br>(60分)<br>Y.Miyuu          | みるみる変わる<br>姿勢ピラティス<br>(60分)<br>Ka.Mizuki     |                                       |  |       | リンパデトックスヨガ<br>(60分)<br>Y.Miyuu           | お腹引き締めヨガ<br>(60分)<br>T.Rin              |            |    |

| love 函館店                            |   | 【 06/25 ~ 06/30 】                        |   |       |  | スケジュール |  | 2026/06/04 | 更新 |
|-------------------------------------|---|--|---|-------|--|--------|--|------------|----|
| 06/25                               | 06/26                                       | 06/27                                    | 06/28                                       | 06/29 | 06/30                                    |        |  |            |    |
| 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                            |        |  |            |    |
| 金身ととう<br>寝たまんまヨガ<br>(60分)<br>T.Rin  | 免疫セラピーヨガ<br>(60分)<br>T.Rin                  | お腹引き締めヨガ<br>(60分)<br>T.Rin               | アロマリラックスヨガ<br>DEEP FOREST<br>(60分)<br>T.Rin |       | スタンダード60<br>(60分)<br>Ko.Mizuki           |        |  |            |    |
| 12:00 ~ 13:00                       | 12:00 ~ 13:00                               | 12:15 ~ 13:15                            | 12:15 ~ 13:15                               |       | 12:00 ~ 13:00                            |        |  |            |    |
| スタンダード60<br>(60分)<br>Ko.Mizuki      | みるみる変わる<br>姿勢ピラティス<br>(60分)<br>Ka.Mizuki    | リンパデトックスヨガ<br>(60分)<br>Y.Miyuu           | スタンダード60<br>(60分)<br>N.Mami                 |       | リンパデトックスヨガ<br>(60分)<br>Y.Miyuu           |        |  |            |    |
| 13:30 ~ 14:15                       | 13:30 ~ 14:30                               | 14:00 ~ 15:00                            | 14:00 ~ 15:00                               |       | 13:30 ~ 14:30                            |        |  |            |    |
| BEAT CORE HIT<br>(45分)<br>T.Rin     | お腹引き締めヨガ<br>(60分)<br>T.Rin                  | 青盤矯正トレーニング<br>(60分)<br>T.Rin             | はじめてのパワーヨガ<br>(金員権限定)(60分)<br>Y.Miyuu       |       | オトナのための<br>オールインワンヨガ<br>(60分)<br>Y.Miyuu |        |  |            |    |
| 15:00 ~ 16:00                       |   | 15:45 ~ 16:45                            | 15:45 ~ 16:30                               |       | 15:00 ~ 16:00                            |        |  |            |    |
| 青盤矯正ヨガ<br>(60分)<br>Y.Miyuu          |   | 美ボディフロー<br>ピラティス<br>(60分)<br>S.Aimi      | BEAT CORE HIT<br>(45分)<br>T.Rin             |       | 背中美人ヨガ<br>(60分)<br>Ka.Mizuki             |        |  |            |    |
|                                     |   | 17:30 ~ 18:30                            |   | 定休日   |  |        |  |            |    |
|                                     |   | オトナのための<br>オールインワンヨガ<br>(60分)<br>Y.Miyuu |   |       |  |        |  |            |    |
|                                     |   | 19:00 ~ 20:00                            |   |       |  |        |  |            |    |
|                                     |   | スタンダード60<br>(60分)<br>N.Mami              |   |       |  |        |  |            |    |
| 18:00 ~ 19:00                       | 17:30 ~ 18:30                               |  |   |       | 18:00 ~ 19:00                            |        |  |            |    |
| 背中美人ヨガ<br>(60分)<br>Ka.Mizuki        | アロマリラックスヨガ<br>FRUITY DIET<br>(60分)<br>T.Rin |  |   |       | 眠れる体に整えるヨガ<br>(60分)<br>S.Aimi            |        |  |            |    |
| 19:30 ~ 20:30                       | 19:00 ~ 20:30                               |  |   |       | 19:30 ~ 20:30                            |        |  |            |    |
| リンパデトックスヨガ<br>(60分)<br>Y.Miyuu      | アドバンス90<br>(金員権限定)(90分)<br>S.Aimi           |  |   |       | 子宮温活ヨガ<br>(60分)<br>Ka.Mizuki             |        |  |            |    |
| 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<br>(60分)<br>Ka.Mizuki | スタンダード60<br>(60分)<br>Ka.Mizuki              |  |   |       | エアロビヨガ<br>(60分)<br>S.Aimi                |        |  |            |    |