

olve 金沢ラバーカ店		【 07/01 ~ 07/08 】 スケジュール					2025/07/04 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 ~ 11:15	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30	
アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)	肩コリラックスヨガ (60分)		Beat Drum Diet 3.0 (45分)	セルトルーティニヨガ (60分)	脚トレーニングヨガ (60分)		スタンダード60 (60分)	
高橋	曾根原		曾根原	吉岡	曾根原		杉本	
12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:00	
はじめてのパワーヨガ (会員枠限定)(60分)	オトナのための オールインワンヨガ (60分)		スタンダード60 (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)		Beat Drum Diet 3.0 (45分)	
高橋	曾根原		杉本	浜崎	杉本		奥村	
14:00 ~ 15:00			14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 14:45		14:00 ~ 15:00	
セルトルーティニヨガ (60分)			脚活ヨガ ver.2 (60分)	アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	ピラティス プートキャンプ (45分)		スタンダード60 (60分)	
吉岡			曾根原	吉岡	曾根原		杉本	
				15:45 ~ 16:45	15:45 ~ 16:45			
				骨盤矯正ヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)			
				浜崎	杉本			
				17:30 ~ 18:30				
				スタンダード60 (60分)				
				杉本				
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30			17:30 ~ 18:30	
Sound Feel Yoga ver.2(60分)	小顎リフビラティス (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)				ホットピラティス (60分)	
曾根原	吉岡	杉本	吉岡				曾根原	
19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:00	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15			19:15 ~ 20:15	
スタンダード60 (60分)	BEAT CORE HIIT (45分)	リンパデトックスヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)				眠れる体に整えるヨガ (60分)	
杉本	吉岡	浜崎	杉本				奥村	
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00	
脚トレーニング ヨガ(60分)	スタンダード60 (60分)	セルトルーティニヨガ (60分)	エアロビヨガ (60分)				アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	
曾根原	杉本	浜崎	吉岡				曾根原	

olve 金沢ラバーカ店		【 07/09 ~ 07/16 】 スケジュール					2025/07/04 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		10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:15
はじめてのパワーヨガ (会員枠限定)(60分)		骨盤矯正ヨガ (60分)	Sound Feel Yoga ver.2(60分)	スタンダード60 (60分)		もも肩ヨガテイスト (60分)	ピラティス プートキャンプ (45分)	
高橋		浜崎	曾根原	杉本		曾根原	曾根原	
12:15 ~ 13:15			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)		エアロビヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)	眠れる体に整えるヨガ (60分)		スタンダード60 (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	
杉本		吉岡	杉本	奥村		杉本	杉本	
14:00 ~ 15:00			14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00	
骨盤矯正ヨガ (60分)		アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)	はじめてのパワーヨガ (会員枠限定)(60分)	スタンダード60 (60分)		リンパデトックスヨガ (60分)		
高橋		吉岡	高橋	杉本		杉本		
				15:45 ~ 16:45	15:45 ~ 16:45			
				骨盤矯正ヨガ (60分)	はじめてのパワーヨガ (会員枠限定)(60分)			
				曾根原	奥村			
				17:30 ~ 18:30				
				スタンダード60 (60分)				
				杉本				
17:00 ~ 18:30	17:00 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30				17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	
アドバンス90 (会員枠限定)(90分)		スタンダード60 (60分)				小顎リフビラティス (60分)	スタンダード60 (60分)	
曾根原		杉本				吉岡	杉本	
19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15				19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	
オトナのための オールインワンヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)	セルトルーティニヨガ (60分)				オトナのための オールインワンヨガ (60分)	セルトルーティニヨガ (60分)	
曾根原	石井	浜崎				曾根原	吉岡	
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 21:45	21:00 ~ 22:00	
スリムアップブレス (60分)	肩コリラックスヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)				BEAT CORE HIIT (45分)	小顎リフビラティス (60分)	
曾根原	曾根原	杉本				吉岡	吉岡	

olve 金沢ラパーク店		【 07/25 ~ 07/31 】		スケジュール		2025/07/04	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	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	
眠れる体に整えるヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)		二の脚引き締めヨガ (60分)	ホットピラティス (60分)		
奥村	杉本	杉本		吉岡	吉岡		
12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:00	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	
スマリアッププレス (45分)	BEAT CORE HIIT (45分)	アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)		リンパデトックスヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)		
曾根原	吉岡	吉岡		杉本	杉本		
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	
はじめてのパワーヨガ (金員枠固定) (60分)	アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	セルトル典雅ヨガ (60分)		スタンダード60 (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)		
奥村	吉岡	吉岡		杉本	杉本		
	15:45 ~ 16:45	15:35 ~ 15:45					
	二の脚引き締めヨガ (60分)	アサナ解説 【ハイランジ】					
	浜崎	杉本					
17:30 ~ 18:30	17:20 ~ 17:30	15:45 ~ 16:45					
アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	アサナ解説 【ダウンドック】	スタンダード60 (60分)					
吉岡	浜崎	杉本					
19:05 ~ 19:15	17:30 ~ 18:30			17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:15	
アサナ解説 【ハイランジ】	骨盤矯正ヨガ (60分)			オトナのための オールインワンヨガ (60分)		ピラティス ブーキャンプ (45分)	
杉本	浜崎			曾根原		曾根原	
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)				エアロヨガ (60分)	眠れる体に整えるヨガ (60分)	アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	
杉本				吉岡	吉岡	吉岡	
21:00 ~ 21:45				21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
BEAT CORE HIIT (45分)				もも尻ヨガティス (60分)	オトナのための オールインワンヨガ (60分)	二の脚引き締めヨガ (60分)	
吉岡				曾根原	曾根原	吉岡	