

## 【 02/01 ~ 02/08 】 スケジュール

2026/01/16 更新

| 02/01   | 02/02 | 02/03   | 02/04  | 02/05 | 02/06                                    | 02/07   | 02/08  |
|---|-------|---|--|-------|--|---|--|
| 日   | 月     | 火   | 水  | 木     | 金  | 土   | 日  |
| 10:30 ~ 11:30<br>津汗ダイエットヨガ<br>(60分)<br>佐々木                  |       | 10:30 ~ 11:30<br>アロマリラックスヨガ<br>DEEP FOREST<br>(60分)<br>金曜 | 10:30 ~ 11:30<br>リンパデトックスヨガ<br>(60分)<br>高崎       |       | 10:30 ~ 11:30<br>スタンダード60<br>(60分)<br>高崎 | 10:30 ~ 11:30<br>美ボディフロー<br>ピラティス<br>(60分)<br>村瀬  | 10:30 ~ 11:30<br>免疫セラピーヨガ<br>(60分)<br>加藤             |
| 12:15 ~ 13:15<br>スタンダード60<br>(60分)<br>高崎                    |       | 12:15 ~ 13:15<br>リンパデトックスヨガ<br>(60分)<br>高崎                | 12:15 ~ 13:15<br>美ボディフロー<br>ピラティス<br>(60分)<br>村瀬 |       | 12:15 ~ 13:15<br>エアロビヨガ<br>(60分)         | 12:15 ~ 13:15<br>スタンダード60<br>(60分)<br>佐々木         | 12:15 ~ 13:15<br>みるみる変わる<br>姿勢ピラティス<br>(60分)<br>村瀬   |
| 14:00 ~ 15:00<br>リンパデトックスヨガ<br>(60分)<br>高崎                  |       | 14:00 ~ 15:00<br>もも房ヨガティス<br>(60分)<br>金曜                  | 14:00 ~ 15:00<br>スタンダード60<br>(60分)<br>高崎         |       | 14:00 ~ 15:00<br>子宮温活ヨガ<br>(60分)         | 14:00 ~ 15:00<br>はじめてのパワーヨガ<br>(会員権限定)(60分)<br>村瀬 | 14:00 ~ 15:00<br>Sound Feel Yoga<br>ver.2(60分)<br>加藤 |
| 15:45 ~ 16:45<br>スリムアッププレス<br>(60分)<br>佐々木                  |       |   |  |       |  | 15:35 ~ 15:45<br>(ピラティス)<br>レッスン前10分ポーズ解説         | 15:45 ~ 16:45<br>子宮温活ヨガ<br>(60分)<br>村瀬               |
| 定休日   |       |   |  |       |  |   |  |
| 営業時間外   |       |   |  |       |  |   |  |
| 17:20 ~ 17:30<br>(ピラティス)<br>レッスン前10分ポーズ解説<br>村瀬             |       |   |  |       |  |   |  |
| 17:30 ~ 18:30<br>子宮温活ヨガ<br>(60分)<br>村瀬                      |       |   |  |       |  |   |  |
| 19:15 ~ 20:15<br>津汗ダイエットヨガ<br>(60分)<br>佐々木                  |       |   |  |       |  |   |  |
| 21:00 ~ 22:00<br>美姿勢アンチエイジング<br>ヨガ(60分)<br>村瀬               |       |   |  |       |  |   |  |
| 17:30 ~ 18:30<br>リンパデトックスヨガ<br>(60分)<br>村瀬                  |       |   |  |       |  |   |  |
| 19:15 ~ 20:15<br>スタンダード60<br>(60分)<br>佐々木                   |       |   |  |       |  |   |  |
| 21:00 ~ 22:00<br>エアロビヨガ<br>(60分)<br>村瀬                      |       |   |  |       |  |   |  |
| 17:30 ~ 18:30<br>リンパデトックスヨガ<br>(60分)<br>高崎                  |       |   |  |       |  |   |  |
| 19:15 ~ 20:15<br>津汗ダイエットヨガ<br>(60分)<br>佐々木                  |       |   |  |       |  |   |  |
| 21:00 ~ 22:00<br>アロマリラックスヨガ<br>HERBAL RELAX<br>(60分)<br>吉岡  |       |   |  |       |  |   |  |
| 17:30 ~ 18:30<br>アロマリラックスヨガ<br>HERBAL RELAX<br>(60分)<br>佐々木 |       |   |  |       |  |   |  |
| 19:15 ~ 20:15<br>リラクゼーションヨガ<br>(60分)<br>吉岡                  |       |   |  |       |  |   |  |
| 21:00 ~ 22:00<br>エアロビヨガ<br>(60分)<br>田中                      |       |   |  |       |  |   |  |
| 17:30 ~ 18:30<br>リンパデトックスヨガ<br>(60分)<br>佐々木                 |       |   |  |       |  |   |  |
| 19:15 ~ 20:15<br>お腹引き締めヨガ<br>(60分)<br>高崎                    |       |   |  |       |  |   |  |
| 21:00 ~ 22:00<br>スタンダード60<br>(60分)<br>高崎                    |       |   |  |       |  |   |  |
| 17:30 ~ 18:30<br>エアロビヨガ<br>(60分)<br>村瀬                      |       |   |  |       |  |   |  |
| 19:15 ~ 20:15<br>津汗ダイエットヨガ<br>(60分)<br>佐々木                  |       |   |  |       |  |   |  |
| 21:00 ~ 22:00<br>アロマリラックスヨガ<br>HERBAL RELAX<br>(60分)<br>吉岡  |       |   |  |       |  |   |  |
| 17:30 ~ 18:30<br>アロマリラックスヨガ<br>HERBAL RELAX<br>(60分)<br>佐々木 |       |   |  |       |  |   |  |
| 19:15 ~ 20:15<br>リラクゼーションヨガ<br>(60分)<br>吉岡                  |       |   |  |       |  |   |  |
| 21:00 ~ 22:00<br>エアロビヨガ<br>(60分)<br>田中                      |       |   |  |       |  |   |  |
| 17:30 ~ 18:30<br>アロマリラックスヨガ<br>HERBAL RELAX<br>(60分)<br>吉岡  |       |   |  |       |  |   |  |
| 19:15 ~ 20:15<br>リラクゼーションヨガ<br>(60分)<br>佐々木                 |       |   |  |       |  |   |  |
| 21:00 ~ 22:00<br>エアロビヨガ<br>(60分)<br>吉岡                      |       |   |  |       |  |   |  |
| 17:30 ~ 18:30<br>アロマリラックスヨガ<br>HERBAL RELAX<br>(60分)<br>吉岡  |       |   |  |       |  |   |  |
| 19:15 ~ 20:15<br>リラクゼーションヨガ<br>(60分)<br>佐々木                 |       |   |  |       |  |   |  |
| 21:00 ~ 22:00<br>エアロビヨガ<br>(60分)<br>吉岡                      |       |   |  |       |  |   |  |
| 17:30 ~ 18:30<br>アロマリラックスヨガ<br>HERBAL RELAX<br>(60分)<br>吉岡  |       |   |  |       |  |   |  |
| 19:15 ~ 20:15<br>リラクゼーションヨガ<br>(60分)<br>吉岡                  |       |   |  |       |  |   |  |
| 21:00 ~ 22:00<br>エアロビヨガ<br>(60分)<br>吉岡                      |       |   |  |       |  |   |  |
| 17:30 ~ 18:30<br>アロマリラックスヨガ<br>HERBAL RELAX<br>(60分)<br>吉岡  |       |   |  |       |  |   |  |
| 19:15 ~ 20:15<br>リラクゼーションヨガ<br>(60分)<br>吉岡                  |       |   |  |       |  |   |  |
| 21:00 ~ 22:00<br>エアロビヨガ<br>(60分)<br>吉岡                      |       |   |  |       |  |   |  |
| 17:30 ~ 18:30<br>アロマリラックスヨガ<br>HERBAL RELAX<br>(60分)<br>吉岡  |       |   |  |       |  |   |  |
| 19:15 ~ 20:15<br>リラクゼーションヨガ<br>(60分)<br>吉岡                  |       |   |  |       |  |   |  |
| 21:00 ~ 22:00<br>エアロビヨガ<br>(60分)<br>吉岡                      |       |   |  |       |  |   |  |
| 17:30 ~ 18:30<br>アロマリラックスヨガ<br>HERBAL RELAX<br>(60分)<br>吉岡  |       |   |  |       |  |   |  |
| 19:15 ~ 20:15<br>リラクゼーションヨガ<br>(60分)<br>吉岡                  |       |   |  |       |  |   |  |
| 21:00 ~ 22:00<br>エアロビヨガ<br>(60分)<br>吉岡                      |       |   |  |       |  |   |  |
| 17:30 ~ 18:30<br>アロマリラックスヨガ<br>HERBAL RELAX<br>(60分)<br>吉岡  |       |   |  |       |  |   |  |
| 19:15 ~ 20:15<br>リラクゼーションヨガ<br>(60分)<br>吉岡                  |       |   |  |       |  |   |  |
| 21:00 ~ 22:00<br>エアロビヨガ<br>(60分)<br>吉岡                      |       |   |  |       |  |   |  |
| 17:30 ~ 18:30<br>アロマリラックスヨガ<br>HERBAL RELAX<br>(60分)<br>吉岡  |       |   |  |       |  |   |  |
| 19:15 ~ 20:15<br>リラクゼーションヨガ<br>(60分)<br>吉岡                  |       |   |  |       |  |   |  |
| 21:00 ~ 22:00<br>エアロビヨガ<br>(60分)<br>吉岡                      |       |   |  |       |  |   |  |
| 17:30 ~ 18:30<br>アロマリラックスヨガ<br>HERBAL RELAX<br>(60分)<br>吉岡  |       |   |  |       |  |   |  |
| 19:15 ~ 20:15<br>リラクゼーションヨガ<br>(60分)<br>吉岡                  |       |   |  |       |  |   |  |
| 21:00 ~ 22:00<br>エアロビヨガ<br>(60分)<br>吉岡                      |       |   |  |       |  |   |  |
| 17:30 ~ 18:30<br>アロマリラックスヨガ<br>HERBAL RELAX<br>(60分)<br>吉岡  |       |   |  |       |  |   |  |
| 19:15 ~ 20:15<br>リラクゼーションヨガ<br>(60分)<br>吉岡                  |       |   |  |       |  |   |  |
| 21:00 ~ 22:00<br>エアロビヨガ<br>(60分)<br>吉岡                      |       |   |  |       |  |   |  |
| 17:30 ~ 18:30<br>アロマリラックスヨガ<br>HERBAL RELAX<br>(60分)<br>吉岡  |       |   |  |       |  |   |  |
| 19:15 ~ 20:15<br>リラクゼーションヨガ<br>(60分)<br>吉岡                  |       |   |  |       |  |   |  |
| 21:00 ~ 22:00<br>エアロビヨガ<br>(60分)<br>吉岡                      |       |   |  |       |  |   |  |
| 17:30 ~ 18:30<br>アロマリラックスヨガ<br>HERBAL RELAX<br>(60分)<br>吉岡  |       |   |  |       |  |   |  |
| 19:15 ~ 20:15<br>リラクゼーションヨガ<br>(60分)<br>吉岡                  |       |   |  |       |  |   |  |
| 21:00 ~ 22:00<br>エアロビヨガ<br>(60分)<br>吉岡                      |       |   |  |       |  |   |  |
| 17:30 ~ 18:30<br>アロマリラックスヨガ<br>HERBAL RELAX<br>(60分)<br>吉岡  |       |   |  |       |  |   |  |
| 19:15 ~ 20:15<br>リラクゼーションヨガ<br>(60分)<br>吉岡                  |       |   |  |       |  |   |  |
| 21:00 ~ 22:00<br>エアロビヨガ<br>(60分)<br>吉岡                      |       |   |  |       |  |   |  |
| 17:30 ~ 18:30<br>アロマリラックスヨガ<br>HERBAL RELAX<br>(60分)<br>吉岡  |       |   |  |       |  |   |  |
| 19:15 ~ 20:15<br>リラクゼーションヨガ<br>(60分)<br>吉岡                  |       |   |  |       |  |   |  |
| 21:00 ~ 22:00<br>エアロビヨガ<br>(60分)<br>吉岡                      |       |   |  |       |  |   |  |
| 17:30 ~ 18:30<br>アロマリラックスヨガ<br>HERBAL RELAX<br>(60分)<br>吉岡  |       |   |  |       |  |   |  |
| 19:15 ~ 20:15<br>リラクゼーションヨガ<br>(60分)<br>吉岡                  |       |   |  |       |  |   |  |
| 21:00 ~ 22:00<br>エアロビヨガ<br>(60分)<br>吉岡                      |       |   |  |       |  |   |  |
| 17:30 ~ 18:30<br>アロマリラックスヨガ<br>HERBAL RELAX<br>(60分)<br>吉岡  |       |   |  |       |  |   |  |
| 19:15 ~ 20:15<br>リラクゼーションヨガ<br>(60分)<br>吉岡                  |       |   |  |       |  |   |  |
| 21:00 ~ 22:00<br>エアロビヨガ<br>(60分)<br>吉岡                      |       |   |  |       |  |   |  |
| 17:30 ~ 18:30<br>アロマリラックスヨガ<br>HERBAL RELAX<br>(60分)<br>吉岡  |       |   |  |       |  |   |  |
| 19:15 ~ 20:15<br>リラクゼーションヨガ<br>(60分)<br>吉岡                  |       |   |  |       |  |   |  |
| 21:00 ~ 22:00<br>エアロビヨガ<br>(60分)<br>吉岡                      |       |   |  |       |  |   |  |
| 17:30 ~ 18:30<br>アロマリラックスヨガ<br>HERBAL RELAX<br>(60分)<br>吉岡  |       |   |  |       |  |   |  |
| 19:15 ~ 20:15<br>リラクゼーションヨガ<br>(60分)<br>吉岡                  |       |   |  |       |  |   |  |
| 21:00 ~ 22:00<br>エアロビヨガ<br>(60分)<br>吉岡                      |       |   |  |       |  |   |  |
| 17:30 ~ 18:30<br>アロマリラックスヨガ<br>HERBAL RELAX<br>(60分)<br>吉岡  |       |   |  |       |  |   |  |
| 19:15 ~ 20:15<br>リラクゼーションヨガ<br>(60分)<br>吉岡                  |       |   |  |       |  |   |  |
| 21:00 ~ 2   |       |   |  |       |  |   |  |

| 【 02/17 ~ 02/24 】 スケジュール           |                        |               |                             |                             |                               |                     |  | 2026/01/16 更新               |                               |
|------------------------------------|------------------------|---------------|-----------------------------|-----------------------------|-------------------------------|---------------------|--|-----------------------------|-------------------------------|
| 02/17                              | 02/18                  |               | 02/19                       | 02/20                       | 02/21                         | 02/22               |  | 02/23                       | 02/24                         |
| 火                                  | 水                      |               | 木                           | 金                           | 土                             | 日                   |  | 月                           | 火                             |
| 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                 |
| スタンダード60<br>(60分)                  | 花粉症スッキリヨガ<br>(60分)     |               |                             | Beat Drum Diet 3.0<br>(45分) | スタンダード60<br>(60分)             | リンパデトックスヨガ<br>(60分) |  |                             | 痩せる身体をつくる<br>ダイエットヨガ<br>(60分) |
| 田中り                                | 加藤                     |               |                             | 野田                          | 高嶋                            | 高嶋                  |  |                             | 吉岡                            |
| 12:15 ~ 13:15                      | 12:15 ~ 13:15          | 12:15 ~ 13:15 |                             | 12:15 ~ 13:15               | 12:15 ~ 13:15                 | 12:15 ~ 13:15       |  |                             | 12:15 ~ 13:15                 |
| リンパデトックスヨガ<br>(60分)                | 背中美人ヨガ<br>(60分)        |               |                             | 筋活ヨガ ver.2<br>(60分)         | 痩せる身体をつくる<br>ダイエットヨガ<br>(60分) | 泡汗ダイエットヨガ<br>(60分)  |  |                             | アロマリラックスヨガ<br>RELAX<br>(60分)  |
| 佐々木                                | 加藤                     |               |                             | 野田                          | 加藤                            | 佐々木                 |  |                             | 吉岡                            |
| 14:00 ~ 14:45                      | 14:00 ~ 15:00          | 14:00 ~ 15:00 |                             | 13:50 ~ 14:00               | 14:00 ~ 15:00                 | 14:00 ~ 15:00       |  |                             | 14:00 ~ 15:00                 |
| Movie Heroine Yoga<br>(45分)        | スタンダード60<br>(60分)      |               |                             | （ピラティス）<br>レッスン前10分ボーズ解説    | オトナのための<br>オールインワンヨガ<br>(60分) | お腹引き締めヨガ<br>(60分)   |  |                             | リンパデトックスヨガ<br>(60分)           |
| 田中り                                | 高嶋                     |               |                             | 村瀬                          | 加藤                            | 高嶋                  |  |                             | 高嶋                            |
| 営業時間外                              |                        | 営業時間外         |                             | 営業時間外                       |                               | 営業時間外               |  | 定休日                         |                               |
| 17:30 ~ 18:30                      | 17:30 ~ 18:30          | 17:30 ~ 18:30 | 17:30 ~ 18:30               | 17:30 ~ 18:30               | 17:30 ~ 18:30                 | 17:30 ~ 18:30       |  | 営業時間外                       |                               |
| アロマリラックスヨガ<br>FRUITY DIET<br>(60分) | 美姿勢アンチエイジング<br>ヨガ(60分) |               | エアロピヨガ<br>(60分)             | スタンダード60<br>(60分)           | 筋活ヨガ ver.2<br>(60分)           |                     |  | 17:30 ~ 18:15               |                               |
| 金磚                                 | 村瀬                     |               | 村瀬                          | 佐々木                         | 野田                            |                     |  | Movie Heroine Yoga<br>(45分) |                               |
| 19:15 ~ 20:15                      | 19:15 ~ 20:15          | 19:15 ~ 20:15 | 19:15 ~ 20:15               | 19:15 ~ 20:15               | 19:15 ~ 20:15                 | 19:15 ~ 20:00       |  | 加藤                          |                               |
| 子宮温活ヨガ<br>(60分)                    | お腹引き締めヨガ<br>(60分)      |               | スタンダード60<br>(60分)           | リンパデトックスヨガ<br>(60分)         | Beat Drum Diet 3.0<br>(45分)   |                     |  | 19:15 ~ 20:15               |                               |
| 村瀬                                 | 高嶋                     |               | 佐々木                         | 高嶋                          | 野田                            |                     |  | はじめてのパワーヨガ<br>(会員様限定) (60分) |                               |
| 21:00 ~ 22:00                      | 21:00 ~ 22:00          | 21:00 ~ 22:00 | 21:00 ~ 22:00               | 21:00 ~ 22:00               | 21:00 ~ 22:00                 |                     |  | 加藤                          |                               |
| もも戻ヨガティス<br>(60分)                  | 子宮温活ヨガ<br>(60分)        |               | みるみる変わる<br>姿勢ヨガティス<br>(60分) | 泡汗ダイエットヨガ<br>(60分)          |                               |                     |  | 21:00 ~ 22:00               |                               |
| 金磚                                 | 高嶋                     |               | 村瀬                          | 佐々木                         |                               |                     |  | 美姿勢アンチエイジング<br>ヨガ(60分)      |                               |

| love 美濃加茂店                    |                   | 【 02/25 ~ 02/28 】           |                               | スケジュール                      |
|-------------------------------|-------------------|-----------------------------|-------------------------------|-----------------------------|
| 02/25                         | 02/26             | 02/27                       | 02/28                         |                             |
| 水                             | 木                 | 金                           | 土                             |                             |
| 10:30 ~ 11:30                 |                   | 10:30 ~ 11:30               | 10:30 ~ 11:30                 |                             |
| スタンダード60<br>(60分)             |                   | はじめてのパワーヨガ<br>(会員様限定) (60分) | リンパデトックスヨガ<br>(60分)           |                             |
| 高崎                            |                   | 加藤                          | 高崎                            |                             |
| 12:15 ~ 13:15                 |                   | 12:15 ~ 13:15               | 12:15 ~ 13:15                 |                             |
| リンパデトックスヨガ<br>(60分)           |                   | みるみる変わる<br>姿勢ピラティス<br>(60分) | スタンダード60<br>(60分)             |                             |
| 佐々木                           |                   | 村瀬                          | 高崎                            |                             |
| 14:00 ~ 15:00                 |                   | 14:00 ~ 15:00               | 13:50 ~ 14:00                 |                             |
| 達汗ゲイエトヨガ<br>(60分)             |                   | 花粉症スッキリヨガ<br>(60分)          | (ピラティス)<br>レッスン前10分ポーズ解説      |                             |
| 佐々木                           |                   | 加藤                          | 村瀬                            |                             |
| 営業時間外                         | 営業時間外             |                             | 14:00 ~ 15:00                 |                             |
|                               |                   |                             | はじめてのホットピラティス<br>(60分)        |                             |
|                               |                   |                             | 村瀬                            |                             |
|                               |                   |                             | 15:45 ~ 16:45                 |                             |
|                               |                   |                             | Sound Feel Yoga<br>ver.2(60分) |                             |
|                               |                   |                             | 加藤                            |                             |
|                               |                   |                             |                               |                             |
|                               |                   |                             |                               |                             |
|                               |                   | 17:30 ~ 18:30               | 17:30 ~ 18:30                 | 17:30 ~ 18:30               |
|                               |                   | スタンダード60<br>(60分)           | 子宮温活ヨガ<br>(60分)               | みるみる変わる<br>姿勢ピラティス<br>(60分) |
| 営業時間外                         | 営業時間外             | 佐々木                         | 村瀬                            | 村瀬                          |
|                               |                   |                             |                               |                             |
|                               |                   | 19:15 ~ 20:15               | 19:15 ~ 20:15                 | 19:15 ~ 20:15               |
|                               |                   | 青中美人ヨガ<br>(60分)             | リンパデトックスヨガ<br>(60分)           | 免疫セラピーヨガ<br>(60分)           |
|                               |                   | 加藤                          | 高崎                            | 村瀬                          |
| 21:00 ~ 22:00                 | 21:00 ~ 22:00     | 21:00 ~ 22:00               | 21:00 ~ 22:00                 |                             |
| オトナのための<br>オールインワンヨガ<br>(60分) | 達汗ゲイエトヨガ<br>(60分) | スタンダード60<br>(60分)           |                               |                             |
| 加藤                            | 佐々木               | 佐々木                         |                               |                             |