

iolve 宮崎店		【 07/09 ~ 07/16 】 スケジュール				2025/06/15 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 ~ 11:30
肩コリラックスヨガ (60分)		ホットピラティス (60分)	ボールでゆるめて ゆかみとりヨガ (60分)	お腹引き締めヨガ (60分)		ボールでゆるめて ゆかみとりヨガ (60分)	痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分)
瀬川		大垣	大垣	瀬川		大垣	瀬川
12:15 ~ 13:45		12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15
アドバンス90 (会員様限定) (90分)		アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)	全身とじのう 寝たまんまヨガ (60分)	肩コリラックスヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	
川合		大垣	川合	大垣	曲山	川合	
		14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00
		スタンダード60 (60分)	はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)	アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	セルトル美脚ヨガ (60分)	アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	
		曲山	大垣	瀬川	大垣	瀬川	
				15:45 ~ 16:45	15:45 ~ 16:45		
				スタンダード60 (60分)	眠れる体に整えるヨガ (60分)		
				曲山	大垣		
				17:30 ~ 18:30			
				美姿勢アンチエイジング ヨガ (60分)			
				川合			
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30				17:30 ~ 18:30	
アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	セルトル美脚ヨガ (60分)	肩コリラックスヨガ (60分)				アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)	
大垣	瀬川	瀬川				川合	
19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15			19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15
痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)				もも尻ヨガティス (60分)	スタンダード60 (60分)
瀬川	川合	曲山				川合	曲山
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
オトナのための オールインワンヨガ (60分)	アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	腸活ヨガ ver.2 (60分)				スタンダード60 (60分)	お腹引き締めヨガ (60分)
大垣	瀬川	瀬川				曲山	川合

olve 宮崎店								【 07/17 ~ 07/24 】		スケジュール		2025/06/15 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						
	10:30 ~ 11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 川合	10:30 ~ 11:40 ディープブレスヨガ (70分) 瀬川	10:20 ~ 10:30 アサナ解説 【開脚前屈】 瀬川		10:30 ~ 11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 瀬川	10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分) 曲山							
	12:05 ~ 12:15 アサナ解説 【ハイランジ】 川合	12:15 ~ 13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 大垣	10:30 ~ 11:30 腸活ヨガ ver.2 (60分) 瀬川		12:05 ~ 12:15 アサナ解説 【ナタラジャーサナ】 曲山	12:15 ~ 13:15 眠れる体に整えるヨガ (60分) 大垣							
	12:15 ~ 13:15 美姿勢アンチエイジング ヨガ (60分) 川合	13:50 ~ 14:00 アサナ解説 【ダウンドック】 大垣	12:15 ~ 13:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 大垣		12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) 曲山	12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) 瀬川							
	14:00 ~ 14:45 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 瀬川	14:00 ~ 15:00 眠れる体に整えるヨガ (60分) 大垣	14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分) 曲山		14:00 ~ 15:00 瘦せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分) 瀬川	17:30 ~ 18:30 二の腕引き締めヨガ (60分) 瀬川	17:20 ~ 17:30 アサナ解説 【ナタラジャーサナ】 曲山						
	17:30 ~ 18:30 スタンダード60 (60分) 曲山	17:30 ~ 18:30 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 大垣			17:30 ~ 18:30 オトナのための オールインワンヨガ (60分) 大垣	19:15 ~ 20:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 瀬川	17:30 ~ 18:30 19:15 ~ 20:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 瀬川	17:30 ~ 18:30 19:15 ~ 20:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 瀬川	17:30 ~ 18:30 19:00 ~ 20:30 アドバанс90 (会員様限定) (90分) 川合	17:30 ~ 18:30 19:00 ~ 20:30 アドバанс90 (会員様限定) (90分) 川合	17:30 ~ 18:30 21:00 ~ 22:00 リンパデトックスヨガ (60分) 曲山	17:30 ~ 18:30 21:00 ~ 22:00 リンパデトックスヨガ (60分) 川合	17:30 ~ 18:30 21:00 ~ 22:00 お腹引き締めヨガ (60分) 瀬川
	19:15 ~ 20:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 大垣	19:15 ~ 20:15 腸活ヨガ ver.2 (60分) 瀬川			19:15 ~ 20:15 お腹引き締めヨガ (60分) 川合	21:00 ~ 22:00 スタンダード60 (60分) 大垣							
	21:00 ~ 22:00 眠れる体に整えるヨガ (60分) 大垣	21:00 ~ 22:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 大垣			21:00 ~ 22:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 川合								

olve 宮崎店								【 07/25 ~ 07/31 】		スケジュール		2025/06/15 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 二の腕引き締めヨガ (60分) 川合	10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分) 曲山	10:30 ~ 11:30 もも房ヨガティス (60分) 川合		10:30 ~ 11:30 眠れる体に整えるヨガ (60分) 曲山	10:30 ~ 11:30 腸活ヨガ ver.2 (60分) 瀬川							
	12:15 ~ 13:15 オトナのための オールインワンヨガ (60分) 大垣	12:05 ~ 12:15 アサナ解説 【ハイランジ】 川合	12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) 曲山		12:15 ~ 13:15 お腹引き締めヨガ (60分) 川合	12:15 ~ 13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 大垣							
	13:50 ~ 14:00 アサナ解説 【ナタラジャーサナ】 曲山	12:15 ~ 13:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 川合	13:50 ~ 14:00 アサナ解説 【ダウンドック】 大垣		14:00 ~ 15:10 ディープブレスヨガ (70分) 瀬川	14:00 ~ 15:00 肩コリラックスヨガ (60分) 瀬川							
	14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分) 曲山	14:00 ~ 15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 瀬川	14:00 ~ 15:00 眠れる体に整えるヨガ (60分) 大垣										
		15:45 ~ 16:45 リンパデトックスヨガ (60分) 川合	15:45 ~ 16:45 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 川合										
		17:30 ~ 18:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 瀬川											
	17:30 ~ 18:30 リンパデトックスヨガ (60分) 川合			17:30 ~ 18:30 スタンダード60 (60分) 曲山	17:30 ~ 18:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 瀬川								
	19:15 ~ 20:15 スタンダード60 (60分) 曲山			19:15 ~ 20:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分) 川合	19:15 ~ 20:15 セルトル美脚ヨガ (60分) 瀬川	19:15 ~ 20:15 美姿勢アンチエイジング ヨガ (60分) 川合							
	21:00 ~ 22:00 ホットピラティス (60分) 大垣			21:00 ~ 22:00 腸活ヨガ ver.2 (60分) 瀬川	21:00 ~ 22:00 スタンダード60 (60分) 曲山	21:00 ~ 22:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) 大垣							

