

olve 自由が丘店		【 12/01 ~ 12/08 】			スケジュール		2028/12/02	
12/01	12/02	12/03	12/04	12/05	12/06	12/07	12/08	
月	火	水	木	金	土	日	月	
定休日	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:15	10:20 ~ 10:30	10:30 ~ 11:30		
	スタンダード60 (60分)	肩コリラックスヨガ (60分)		Beat Drum Diet 3.0 (45分)	【アサナ解説】英達 1のポーズ	スタンダード60 (60分)		
	山本	青藤		星月	清水	山本		
	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15	10:30 ~ 11:30	12:15 ~ 13:15		
	二の腕引き締めヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)		星活ヨガ ver.2 (60分)	Share the love yoga	リンパデトックスヨガ (60分)		
	君島	清水		星月	清水	清水		
	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00	12:05 ~ 12:15	14:00 ~ 15:00		
	リンパデトックスヨガ (60分)	アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)		スタンダード60 (60分)	【アサナ解説】コブラのポーズ	お腹引き締めヨガ (60分)		
	君島	青藤		山本	青藤	星月		
					12:15 ~ 13:00	15:45 ~ 16:45		
					Movie Heroine Yoga (45分)	アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)		
定休日	17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	13:50 ~ 14:00			
	子宮温活ヨガ (60分)		星活ヨガ ver.2 (60分)	スリムアップブレス (60分)	【アサナ解説】マリチのポーズ			
	清水		星月	君島	君島	君島		
	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	14:00 ~ 15:00			
	Sound Feel Yoga ver.2(60分)	免疫セラピーヨガ (60分)	はじめてのパワーヨガ (全員標準速) (60分)	アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	フェスタ特別レッスン			
定休日	星月	君島	君島	君島	君島	君島		
	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 21:45	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	15:35 ~ 15:45			
	アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	BEAT CORE HIIT (45分)	スタンダード60 (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	【アサナ解説】半月のポーズ			
	星月	君島	星月	清水	星月			
定休日					15:45 ~ 17:15			
					ステップアップアサナ WS			
					星月			

love 自由が丘店		【 12/09 ~ 12/16 】			スケジュール			2025/12/02 更新	
12/09		12/10		12/11		12/12		12/13	
火		水		木		金		土	
10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:30				10:30 ~ 11:30		10:30 ~ 11:15	
もも原ヨガティス (60分)		はじめのバーヨガ (会員様限定) (60分)				観れる体に整えるヨガ (60分)		Movie Heroine Yoga (45分)	
君島		君島				齊藤		齊藤	
12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15				12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15	
アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)		子宮温活ヨガ (60分)				スタンドード60 (60分)		肩コリラックスヨガ (60分)	
望月		清水				山本		齊藤	
14:00 ~ 15:00						14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00	
みるみる変わる 妊婦ヨガティス (60分)						痩せる身体をつくる ダイエクトヨガ (60分)		スタンダード60 (60分)	
君島						齊藤		免疫セラピーヨガ (60分)	
								山本	
								君島	
								望月	
17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30		17:00 ~ 18:00		17:30 ~ 18:30		17:30 ~ 18:30	
痩せる身体をつくる ダイエクトヨガ (60分)		スタンダード60 (60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)		アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	
齊藤		山本		君島		清水		望月	
19:15 ~ 20:15		19:15 ~ 20:00		18:45 ~ 19:45		19:15 ~ 20:15			
スタンダード60 (60分)		Beat Drum Diet 3.0 (45分)		リンパデトックスヨガ (60分)		二の腕引き締めヨガ (60分)			
山本		望月		清水		君島			
21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		20:30 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00			
肩コリラックスヨガ (60分)		アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)		アドバанс90 (会員様限定) (90分)		みるみる変わる 妊婦ヨガティス (60分)			
齊藤		望月		君島		清水		君島	

【 12/17 ~ 12/24 】 スケジュール					2025/12/02 更新		
12/17	12/18	12/19	12/20	12/21	12/22	12/23	12/24
水	木	金	土	日	月	火	水
10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分)		10:30 ~ 11:30 リンパデトックスヨガ (60分)	10:30 ~ 12:00 EX/ワーキング (会員権限定) (90分)	10:30 ~ 11:30 眠れる体に整えるヨガ (60分)		10:30 ~ 11:30 二の腕引き締めヨガ (60分)	10:30 ~ 11:30 子宮温活ヨガ (60分)
山本		清水	君島	青藤		君島	清水
12:15 ~ 13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)		12:15 ~ 13:15 スリムアッププレス (60分)	12:45 ~ 13:45 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	12:15 ~ 13:15 スリムアッププレス (60分)		12:15 ~ 13:15 リンパデトックスヨガ (60分)	12:15 ~ 13:00 BEAT CORE HIIT (45分)
眞月		君島	青藤	青藤		君島	
14:00 ~ 14:45 Beat Drum Diet 3.0 (45分)		14:00 ~ 15:00 はじめてのホットピラティス (60分)	14:30 ~ 15:30 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分)	14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分)		14:00 ~ 15:00 もも尻ヨガティス (60分)	
眞月		永田	青藤	山本		君島	
			16:15 ~ 17:15 子宮温活ヨガ (60分)	15:45 ~ 16:45 Sound Feel Yoga ver.2(60分)			
			清水	眞月			
	17:30 ~ 18:15 Movie Heroine Yoga (45分)	17:30 ~ 18:30 はじめてのパワーヨガ (会員権限定) (60分)	18:00 ~ 19:00 スタンダード60 (60分)			17:30 ~ 18:30 肩コリラックスヨガ (60分)	17:30 ~ 18:30 Sound Feel Yoga ver.2(60分)
	青藤	君島	山本			青藤	眞月
19:15 ~ 20:15 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分)	19:15 ~ 20:15 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	19:15 ~ 20:15 肩活ヨガ ver.2 (60分)				19:15 ~ 20:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)	19:15 ~ 20:15 はじめてのホットピラティス (60分)
青藤	君島	眞月				青藤	君島
21:00 ~ 22:00 リンパデトックスヨガ (60分)	21:00 ~ 22:00 眠れる体に整えるヨガ (60分)	21:00 ~ 22:00 スタンダード60 (60分)				21:00 ~ 22:00 お腹引き締めヨガ (60分)	21:00 ~ 22:00 はじめてのパワーヨガ (会員権限定) (60分)
清水	青藤	山本				眞月	君島

【 12/25 ~ 12/30 】 スケジュール					2025/12/02 更新		
12/25	12/26	12/27	12/28	12/29	12/30	12/31	
木	金	土	日	月	火	水	
	10:30 ~ 12:00 アド/インス90 (会員権限定) (90分)	10:30 ~ 11:30 免疫セラピーヨガ (60分)	10:30 ~ 11:30 もも尻ヨガティス (60分)				
	君島	君島	君島				
	12:45 ~ 13:45 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 スタンダード60 (60分)				
	眞月	眞月	山本				
	14:30 ~ 15:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分)	14:00 ~ 15:00 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	14:00 ~ 15:00 リンパデトックスヨガ (60分)				
	君島	青藤	清水				
		15:45 ~ 16:30 Beat Drum Diet 3.0 (45分)	15:45 ~ 16:45 108回太陽礼拝 (120分)				
		君島	君島				
17:30 ~ 18:30 子宮温活ヨガ (60分)	17:30 ~ 18:30 スタンダード60 (60分)	17:30 ~ 18:30 眠れる体に整えるヨガ (60分)					
清水	清水	青藤					
19:15 ~ 20:00 Movie Heroine Yoga (45分)	19:15 ~ 20:15 リンパデトックスヨガ (60分)						
青藤	清水						
21:00 ~ 22:00 スタンダード60 (60分)	21:00 ~ 22:00 痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分)						
清水	青藤						

定休日

年末年始休業