

olve 自由が丘店		【 01/01 ~ 01/08 】 スケジュール			2023/01/25 更新		
01/01	01/02	01/03	01/04	01/05	01/06	01/07	01/08
木	金	土	日	月	火	水	木
年末年始休業	年末年始休業				10:30 ~ 11:30 リンパデトックスヨガ (60分)	10:30 ~ 11:30 スタンダード 60 (60分)	10:30 ~ 11:30 エアロヨガ (60分)
					清水	山本	星月
					12:15 ~ 13:15 セルトル美脚ヨガ (60分)	12:15 ~ 13:15 痩せる身体をつくる ダイエッタヨガ (60分)	12:15 ~ 13:15 スタンダード 60 (60分)
					青藤	青藤	山本
					14:00 ~ 15:00 お腹引き締めヨガ (60分)	14:00 ~ 15:00 アドバンス 90 (会員様優先) (90分)	14:00 ~ 15:00 アロマリラクスヨガ HERBAL RELAX (60分)
					星月	星月	山本
					15:45 ~ 16:45 アロマリラクスヨガ FRUITY DIET (60分)	16:15 ~ 17:15 スタンダード 60 (60分)	17:30 ~ 18:30 美ボディフロー ピラティス (60分)
					青藤	山本	青藤
					17:30 ~ 18:30 リンパデトックスヨガ (60分)	17:30 ~ 18:30 骨盤矯正ヨガ (60分)	17:30 ~ 18:30 星月
					清水	はじめのパワーヨガ (会員様優先) (60分)	19:15 ~ 20:15 スタンダード 60 (60分)
						青藤	星月
						青藤	山本
					21:00 ~ 22:00 オトナのための オールインワンヨガ (60分)	21:00 ~ 22:00 眠れる体に整えるヨガ (60分)	21:00 ~ 21:45 Beat Drum Diet 3.0 (45分)
					青藤	青藤	星月

ilove 自由が丘店		【 01/17 ~ 01/24 】 スケジュール				2026/01/25 更新	
01/17	01/18	01/19	01/20	01/21	01/22	01/23	01/24
土	日	月	火	水	木	金	土
10:30 ~ 11:30 骨盤矯正ヨガ (60分)	10:30 ~ 11:30 セルトルームヨガ (60分)		10:30 ~ 11:30 ■トライニティヨガ ヨガ(60分)	10:30 ~ 11:30 パワーヨガ Advance (会員特典)(60分)		10:30 ~ 11:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分)	10:30 ~ 11:30 スタンダード 60 (60分)
直月	直月		直月	直月		直月	山本
12:15 ~ 13:15 パワーヨガ Advance (会員特典)(60分)	12:15 ~ 13:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)		12:15 ~ 13:15 オナのための オールインパワーヨガ (60分)	12:15 ~ 13:15 肩コリラックスヨガ (60分)		12:15 ~ 13:15 スタンダード 60 (60分)	12:15 ~ 13:15 痩せる身体をつくる ダイレクトヨガ (60分)
直月	直月		直月	直月		清水	鈴木
14:00 ~ 15:00 スタンダード 60 (60分)	14:00 ~ 15:00 子宮温活ヨガ (60分)		14:00 ~ 15:00 はじめてのパワーヨガ (会員特典)(60分)	14:00 ~ 15:00 スタンダード 60 (60分)		14:00 ~ 15:00 骨盤矯正ヨガ (60分)	14:00 ~ 15:00 リンパデトックスヨガ (60分)
山本	清水		山本	山本		直月	清水
15:45 ~ 16:45 肩コリラックスヨガ (60分)	15:45 ~ 16:45 Sound Feel Yoga ver.2(60分)						15:45 ~ 16:45 スタンダード 60 (60分)
直月	清水						山本
17:30 ~ 18:15 Beat Drum Diet 3.0 (45分)			17:30 ~ 18:30 スタンダード 60 (60分)	17:30 ~ 18:30 子宮温活ヨガ (60分)	17:30 ~ 18:30 Sound Feel Yoga ver.2(60分)	17:30 ~ 18:30 子宮温活ヨガ (60分)	
直月			山本	清水	清水	清水	
			19:15 ~ 20:15 エアロビヨガ (60分)	19:15 ~ 20:15 リンパデトックスヨガ (60分)	19:15 ~ 20:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	19:15 ~ 20:15 リンパデトックスヨガ (60分)	
			直月	清水	直月	清水	
			21:00 ~ 22:00 アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	21:00 ~ 22:00 お腹引き締めヨガ (60分)	21:00 ~ 21:45 Movie Heroine Yoga (45分)	21:00 ~ 22:00 スタンダード 60 (60分)	
			直月	直月	直月	山本	