

2026/07/14 更新

08/01	08/02	08/03	08/04	08/05	08/06	08/07	08/08					
土	日	月	火	水	木	金	土					
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	定休日	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	営業時間外	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30					
Sound Feel Yoga ver.2 (60分)	はじめてのホットピラティス (60分)		リンパデトックスヨガ (60分)	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)	スタンダード60 (60分)					
T.Mio	T.Mio		T.Kanon	T.Kanon		Misako	T.Kanon					
12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:45		12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15					
子宮温活ヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)		お腹引き締めヨガ (60分)	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)	Sound Feel Yoga ver.2 (60分)					
A.Kana	T.Kanon		A.Kana	A.Kana		Misako	T.Mio					
14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00		14:00 ~ 15:00	営業時間外		14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00				
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)			はじめてのホットピラティス (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)					
T.Kanon	T.Kanon		T.Kanon			T.Mio	T.Kanon					
15:45 ~ 16:45	15:45 ~ 16:45		営業時間外			営業時間外	営業時間外	15:45 ~ 16:45	15:45 ~ 16:45			
はじめてのホットピラティス (60分)	Sound Feel Yoga ver.2 (60分)							セルトル美脚ヨガ (60分)	セルトル美脚ヨガ (60分)			
T.Mio	T.Mio							Y.Miu	Y.Miu			
17:30 ~ 18:30	営業時間外							17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30
lo!veのWorkout MIX (60分)								骨盤底筋トレーニングヨガ (60分)	セルトル美脚ヨガ (60分)	はじめてのホットピラティス (60分)	スタンダード60 (60分)	はじめてのホットピラティス (60分)
A.Kana								Y.Miu	Y.Miu	T.Mio	Y.Miu	T.Mio
営業時間外								19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15
				lo!veのWorkout MIX (60分)				リンパデトックスヨガ (60分)	全身とどのう寝たまんまヨガ (60分)	背中美人ヨガ (60分)		
		A.Kana		T.Kanon	A.Kana			A.Kana				
		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00				
		セルトル美脚ヨガ (60分)	アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	Sound Feel Yoga ver.2 (60分)	子宮温活ヨガ (60分)							
		Y.Miu	Y.Miu	T.Mio	A.Kana							

2026/07/14 更新

08/09	08/10	08/11	08/12	08/13	08/14	08/15	08/16				
日	月	火	水	木	金	土	日				
10:30 ~ 11:30	定休日	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	営業時間外	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30				
眠れる体に整えるヨガ (60分)		全身と頭の寝たまんまヨガ (60分)	セルトル美脚ヨガ (60分)		免疫セラービーヨガ (60分)	はじめてのホットピラティス (60分)	アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)				
A.Kana		A.Kana	Y.Miu		A.Kana	T.Mio	Y.Miu				
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			
骨盤底筋トレーニングヨガ (60分)		セルトル美脚ヨガ (60分)	アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)		はじめてのホットピラティス (60分)	loiveのWorkout MIX (60分)	リンパドックスヨガ (60分)				
Y.Miu		Y.Miu	Y.Miu		T.Mio	A.Kana	T.Kanon				
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			
エアロビヨガ (60分)		眠れる体に整えるヨガ (60分)	パワーヨガAdvance (会員様限定) (60分)		腸活ヨガ ver.2 (60分)	スタンダード60 (60分)	セルトル美脚ヨガ (60分)				
A.Kana		A.Kana	A.Kana		A.Kana	T.Kanon	Y.Miu				
15:45 ~ 16:45		15:45 ~ 16:45	営業時間外		営業時間外	営業時間外	15:45 ~ 16:45	15:45 ~ 16:45			
アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)		Sound Feel Yoga ver.2 (60分)					Sound Feel Yoga ver.2 (60分)	スタンダード60 (60分)			
Y.Miu		T.Mio					T.Mio	T.Kanon			
営業時間外		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 DEEP FOREST (60分)					リンパドックスヨガ (60分)	リンパドックスヨガ (60分)	リンパドックスヨガ (60分)		
		Y.Miu					T.Kanon	T.Kanon	T.Kanon		
							19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15		
											Sound Feel Yoga ver.2 (60分)
	T.Mio			T.Kanon							
		21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00			21:00 ~ 22:00				
			リンパドックスヨガ (60分)		はじめてのホットピラティス (60分)	Sound Feel Yoga ver.2 (60分)					
								T.Kanon	T.Mio		T.Mio

2026/07/14 更新

08/17	08/18	08/19	08/20	08/21	08/22	08/23	08/24		
月	火	水	木	金	土	日	月		
定休日	10:30 ~ 11:30 セルトル美脚ヨガ (60分) Y.Miu	10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分) T.Kanon	営業時間外	10:30 ~ 11:30 骨盤底筋トレーニングヨガ (60分) Y.Miu	10:30 ~ 11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) Y.Miu	10:30 ~ 11:30 骨盤底筋トレーニングヨガ (60分) Y.Miu	定休日		
	12:15 ~ 13:15 スタンダード60 (60分) T.Kanon	12:15 ~ 13:15 リンパドックスヨガ (60分) T.Kanon		12:15 ~ 13:15 はじめてのホットピラティス (60分) T.Mio	12:15 ~ 13:15 Sound Feel Yoga ver.2 (60分) T.Mio	12:15 ~ 13:15 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) Y.Miu			
	14:00 ~ 15:00 骨盤底筋トレーニングヨガ (60分) Y.Miu	14:00 ~ 15:00 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) Y.Miu		14:00 ~ 15:00 特別レッスン (60分) A.Kana	14:00 ~ 15:00 パワーヨガAdvance (会員様限定) (60分) A.Kana	14:00 ~ 15:00 エアロビヨガ (60分) A.Kana			
	営業時間外	営業時間外		営業時間外	営業時間外	15:45 ~ 16:45 はじめてのホットピラティス (60分) T.Mio		15:45 ~ 16:45 免疫セラピーヨガ (60分) A.Kana	
						17:30 ~ 18:30 スタンダード60 (60分) T.Kanon		営業時間外	
						営業時間外			
									営業時間外
								営業時間外	
	17:30 ~ 18:30 お腹引き締めヨガ (60分) A.Kana	17:30 ~ 18:30 リンパドックスヨガ (60分) T.Kanon		17:30 ~ 18:30 スタンダード60 (60分) T.Kanon	営業時間外				
	19:15 ~ 20:15 リンパドックスヨガ (60分) T.Kanon	19:15 ~ 20:15 IolveのWorkout MIX (60分) A.Kana		19:15 ~ 20:15 スタンダード60 (60分) T.Kanon		19:15 ~ 20:15 Sound Feel Yoga ver.2 (60分) T.Mio			
	21:00 ~ 22:00 はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分) A.Kana	21:00 ~ 22:00 骨盤底筋トレーニングヨガ (60分) Y.Miu		21:00 ~ 22:00 セルトル美脚ヨガ (60分) Y.Miu		21:00 ~ 22:00 リンパドックスヨガ (60分) T.Kanon			
	A.Kana	Y.Miu		Y.Miu		T.Kanon			

2026/07/14 更新

08/25 火	08/26 水	08/27 木	08/28 金	08/29 土	08/30 日	08/31 月
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	営業 時間 外	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	定 休 日
アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)	リンパドテックスヨガ (60分)		はじめてのホットピラティス (60分)	セルトル美脚ヨガ (60分)	リンパドテックスヨガ (60分)	
Y.Miu	T.Kanon		T.Mio	Y.Miu	T.Mio	
12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15		12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	
リンパドテックスヨガ (60分)	loveのWorkout MIX (60分)		背中美人ヨガ (60分)	骨盤底筋トレーニングヨガ (60分)	Sound Feel Yoga ver.2 (60分)	
T.Kanon	A.Kana		A.Kana	Y.Miu	T.Mio	
14:00 ~ 15:00	営業 時間 外		14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	
セルトル美脚ヨガ (60分)			腸活ヨガ ver.2 (60分)	はじめてのホットピラティス (60分)	スタンダード60 (60分)	
Y.Miu			A.Kana	T.Mio	Y.Miu	
営業 時間 外			営業 時間 外	15:45 ~ 16:45	15:45 ~ 16:45	
		アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)		セルトル美脚ヨガ (60分)		
		Misako		Y.Miu		
		17:30 ~ 18:30		はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)		
Misako		営業 時間 外				
17:30 ~ 18:30			17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	
Sound Feel Yoga ver.2 (60分)			はじめてのホットピラティス (60分)	スタンダード60 (60分)	リンパドテックスヨガ (60分)	
T.Mio	T.Mio		T.Kanon	T.Kanon		
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)	骨盤底筋トレーニングヨガ (60分)		Sound Feel Yoga ver.2 (60分)	アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)		
T.Kanon	Y.Miu	T.Mio	Y.Miu			
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00			
はじめてのホットピラティス (60分)	Sound Feel Yoga ver.2 (60分)	パワーヨガAdvance (会員様限定) (60分)	セルトル美脚ヨガ (60分)			
T.Mio	T.Mio	A.Kana	Y.Miu			