

| llove 旭川店                   |                             | 【 01/09 ~ 01/16 】   |       | スケジュール                         |                             |                                    |                             | 2026/01/27    |  | 更新 |
|-----------------------------|-----------------------------|---------------------|-------|--------------------------------|-----------------------------|------------------------------------|-----------------------------|---------------|--|----|
| 01/09                       | 01/10                       | 01/11               | 01/12 | 01/13                          | 01/14                       | 01/15                              | 01/16                       |               |  |    |
| 金                           | 土                           | 日                   | 月     | 火                              | 水                           | 木                                  | 金                           |               |  |    |
| 10:30 ~ 11:30               | 10:30 ~ 11:30               | 10:30 ~ 11:30       |       | 10:30 ~ 11:30                  | 10:30 ~ 11:30               |                                    | 10:30 ~ 11:30               |               |  |    |
| スタンダード 60<br>(60分)          | ダイエットヨガ<br>(60分)            | リンパティックスヨガ<br>(60分) |       | 骨盤矯正ヨガ<br>(60分)                | はじめてのホットピラティス<br>(60分)      |                                    | リンパティックスヨガ<br>(60分)         |               |  |    |
| 平                           | 脚本                          | 井上                  |       | 井上                             | 青木                          |                                    | MISAKO                      |               |  |    |
| 12:15 ~ 13:15               | 12:15 ~ 13:15               | 12:15 ~ 13:15       |       | 12:15 ~ 13:15                  | 12:15 ~ 13:00               |                                    | 12:15 ~ 13:15               |               |  |    |
| ダイエットヨガ<br>(60分)            | 骨盤矯正ヨガ<br>(60分)             | スタンダード 60<br>(60分)  |       | パワーヨガ Advance<br>(全員様限定) (60分) | Movie Heroine Yoga<br>(45分) |                                    | スタンダード 60<br>(60分)          |               |  |    |
| 脚本                          | 井上                          | 平                   |       | 青木                             | 青木                          |                                    | 平                           |               |  |    |
| 14:00 ~ 15:00               | 14:00 ~ 14:45               | 14:00 ~ 15:00       |       | 14:00 ~ 15:00                  | 14:00 ~ 15:00               |                                    | 14:00 ~ 14:45               |               |  |    |
| スタンダード 60<br>(60分)          | Movie Heroine Yoga<br>(45分) | 骨盤矯正ヨガ<br>(60分)     |       | リンパティックスヨガ<br>(60分)            | スタンダード 60<br>(60分)          |                                    | Beat Drum Diet 3.0<br>(45分) |               |  |    |
| 平                           | 青木                          | 井上                  |       | 井上                             | 井上                          |                                    | MISAKO                      |               |  |    |
|                             | 15:45 ~ 16:45               | 15:45 ~ 16:45       |       |                                |                             |                                    |                             |               |  |    |
|                             | リンパティックスヨガ<br>(60分)         | スタンダード 60<br>(60分)  |       |                                |                             |                                    |                             |               |  |    |
|                             | 井上                          | 平                   |       |                                |                             |                                    |                             |               |  |    |
|                             | 17:30 ~ 18:30               |                     |       |                                |                             |                                    |                             |               |  |    |
|                             | 金魚とのう<br>寝たまんまヨガ<br>(60分)   |                     |       |                                |                             |                                    |                             |               |  |    |
|                             | 青木                          |                     |       |                                |                             |                                    |                             |               |  |    |
|                             |                             |                     |       |                                |                             |                                    |                             |               |  |    |
| 17:30 ~ 18:30               |                             |                     |       | 17:30 ~ 18:30                  | 17:30 ~ 18:30               | 17:30 ~ 18:30                      | 17:30 ~ 18:30               |               |  |    |
| はじめのパワーヨガ<br>(全員様限定) (60分)  |                             |                     |       | 免疫セラピーヨガ<br>(60分)              |                             | アロマリラックスヨガ<br>DEEP FOREST<br>(60分) | リンパティックスヨガ<br>(60分)         |               |  |    |
| 青木                          |                             |                     |       | 脚本                             |                             | 脚本                                 | 青木                          |               |  |    |
| 19:15 ~ 20:15               |                             |                     |       | 19:15 ~ 20:00                  | 19:15 ~ 20:15               | 19:15 ~ 20:15                      | 19:15 ~ 20:15               | 19:15 ~ 20:15 |  |    |
| 免疫セラピーヨガ<br>(60分)           |                             |                     |       | Movie Heroine Yoga<br>(45分)    | 骨盤矯正ヨガ<br>(60分)             | セルトル美脚ヨガ<br>(60分)                  | スタンダード 60<br>(60分)          |               |  |    |
| 脚本                          |                             |                     |       | 青木                             | 井上                          | 脚本                                 | 平                           |               |  |    |
| 21:00 ~ 21:45               |                             |                     |       | 21:00 ~ 22:00                  | 21:00 ~ 22:00               | 21:00 ~ 22:00                      | 21:00 ~ 22:00               | 21:00 ~ 22:00 |  |    |
| Movie Heroine Yoga<br>(45分) |                             |                     |       | ボーラーゆるめて<br>ゆがみヨガ<br>(60分)     | セルトル美脚ヨガ<br>(60分)           | スタンダード 60<br>(60分)                 | 脚本ヨガ<br>(60分)               |               |  |    |
| 青木                          |                             |                     |       | 脚本                             | 脚本                          | 平                                  | 青木                          |               |  |    |

