

【 01/01 ~ 01/08 】 スケジュール								2026/01/23	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	営業時間外	定休日	営業時間外	営業時間外	営業時間外	営業時間外	営業時間外	営業時間外

リンパデトックスヨガ (60分)	Movie Heroine Yoga (45分)	アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)	免疫セラピーヨガ (60分)	エアロビヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)
大瀬	梅原	梅原	梅原	小瀬野	古市
12:15 ~ 13:00	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15
Beat Drum Diet 3.0 (45分)	スタンダード60 (60分)	セルトル美脚ヨガ (60分)	はじめてのパワーヨガ (全員標準定)	はじめてのホットピラティス (60分)	開拓ヨガ ver.2 (60分)
梅原	梅原	梅原	梅原	大瀬	梅田
14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00
墨苔ヨガ ver.2 (60分)	アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	青龍端正ヨガ (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	進化ダイエット (60分)
梅田	梅田	梅原	梅原	小瀬野	梅田
15:45 ~ 16:30	15:45 ~ 16:45	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	15:45 ~ 16:45	17:30 ~ 18:30
ピラティス ブートキャンプ (45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)	リンパデトックスヨガ ver.2(60分)	アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)	免疫セラピーヨガ (60分)
大瀬	梅原	大瀬	大瀬	大瀬	梅原
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30
スタンダード60 (60分)	はじめてのパワーヨガ (全員標準定)	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)	オトナのための オールインワンヨガ (60分)	リラクゼーションヨガ (60分)
梅田	梅田	梅田	梅原	山崎	梅田
19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	15:45 ~ 16:45	17:30 ~ 18:30
進化ダイエット (60分)	はじめてのホットピラティス (60分)	眠れる体に整えるヨガ (60分)	Sound Feel Yoga ver.2(60分)	進化ダイエット (60分)	リラクゼーションヨガ (60分)
大瀬	大瀬	梅田	梅田	梅田	梅原
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 21:45	21:00 ~ 21:45
眠れる体に整えるヨガ (60分)	Sound Feel Yoga ver.2(60分)	アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)	アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)	Movie Heroine Yoga (45分)	Movie Heroine Yoga (45分)
梅田	梅田	梅田	梅原	梅原	梅原

【 01/25 ~ 01/30 】 スケジュール 2026/01/23 更新						
01/25	01/26	01/27	01/28	01/29	01/30	01/31
日	月	火	水	木	金	土
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30
リンパデトックスヨガ (60分)	お腹引締めヨガ (60分)	アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	免疫セラピーヨガ (60分)	エアロビヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)	青龍端正ヨガ (60分)
大瀬	大瀬	大瀬	梅原	小瀬野	梅原	梅原
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
Sound Feel Yoga ver.2(60分)	免疫セラピーヨガ (60分)	エアロビヨガ (60分)	リラクゼーションヨガ (60分)	リラクゼーションヨガ (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	Beat Drum Diet 3.0 (45分)
梅田	梅原	梅原	梅原	大瀬	梅田	梅田
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
はじめてのホットピラティス (60分)	オトナのための オールインワンヨガ (60分)	青龍端正ヨガ (60分)	エアロビヨガ (60分)	エアロビヨガ (60分)	アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)
大瀬	大瀬	大瀬	梅原	梅原	小瀬野	梅田
15:45 ~ 16:45	15:45 ~ 16:45	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	15:45 ~ 16:45	17:30 ~ 18:30
パワーヨガ Advance (全員標準定)(60分)	Sound Feel Yoga ver.2(60分)	Sound Feel Yoga ver.2(60分)	リラクゼーションヨガ (60分)	リラクゼーションヨガ (60分)	リラクゼーションヨガ (60分)	リラクゼーションヨガ (60分)
梅田	梅田	梅原	梅原	大瀬	梅田	梅田
19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:00	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:00	19:15 ~ 20:00	19:15 ~ 20:00
スタンダード60 (60分)	ピラティス ブートキャンプ (45分)	スタンダード60 (60分)	大瀬	Movie Heroine Yoga (45分)	Movie Heroine Yoga (45分)	Movie Heroine Yoga (45分)
小瀬野	大瀬	小瀬野	大瀬	梅原	梅原	梅原
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00
スタンダード60 (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	進化ダイエット (60分)	大瀬	免疫セラピーヨガ (60分)	免疫セラピーヨガ (60分)	免疫セラピーヨガ (60分)
小瀬野	小瀬野	梅田	大瀬	梅原	梅原	梅原