

olve 紀伊川辺店		【 12/01 ~ 12/08 】				スケジュール		2025/12/04	
12/01	12/02	12/03	12/04	12/05	12/06	12/07	12/08	月	
月	火	水	木	金	土	日		月	
定休日	10:20 ~ 11:20	10:20 ~ 11:20	10:20 ~ 11:20	10:20 ~ 11:20	10:20 ~ 11:20	10:20 ~ 11:20	10:20 ~ 11:20		
	痩せる身体をつくる ダイレクトヨガ (60分)	アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)	青中年人ヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)	スタンドード60 (60分)	エアロビヨガ (60分)		
	米倉	杉元	米倉	米倉	福井	福井	杉元		
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00		
	劇レビュー ヨガ(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)	アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)	Sound Feel Yoga ver.2(60分)	劇活ヨガ ver.2 (60分)			
	米倉	米倉	福井	米倉	藤本	杉元			
	13:40 ~ 14:40	13:40 ~ 14:40	13:40 ~ 14:40	13:40 ~ 15:10	13:40 ~ 14:40	13:40 ~ 14:40	13:40 ~ 14:40		
	はじめてのホットピラティス (60分)	免疫セラピーヨガ (60分)	痩せる身体をつくる ダイレクトヨガ (60分)	アドバンス90 (会員様限定) (90分)	リンパデトックスヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)			
	藤本	米倉	米倉	杉元	福井	福井			
	15:20 ~ 16:05	15:20 ~ 16:20	BEAT CORE HIIT (45分)	リンパデトックスヨガ (60分)		15:20 ~ 16:20	15:20 ~ 16:20		
営業時間外	杉元	福井				スタンダード60 (60分)	青中年人ヨガ (60分)		
						福井	杉元		
						17:00 ~ 18:00			
						はじめてのパワーヨガ (会員様限定) (60分)			
						藤本			
						18:30 ~ 19:30			
						はじめてのホットピラティス (60分)			
						藤本			
	17:30 ~ 18:30	17:40 ~ 18:40	17:40 ~ 18:40	17:40 ~ 18:40	17:40 ~ 18:40				
	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)	ダイレクトヨガ (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)					
営業時間外	児玉	福井	杉元	福井					
	19:00 ~ 20:00	19:20 ~ 20:20	19:20 ~ 20:20	19:20 ~ 20:20	19:20 ~ 20:05				
	アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	Sound Feel Yoga ver.2(60分)	みんな変わる 豪華ピラティス (60分)	BEAT CORE HIIT (45分)					
	杉元	藤本	藤本	杉元					
	20:30 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				
	アドバンス90 (会員様限定) (90分)	肩コリラックスヨガ (60分)	エアロビヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)					
	杉元	藤本	杉元	福井					

スケジュール							2025/12/04	更新
12/09	12/10	12/11	12/12	12/13	12/14	12/15	12/16	
火	水	木	金	土	日	月	火	
10:20 ~ 11:20	10:20 ~ 11:50	10:20 ~ 11:20	10:20 ~ 11:20	10:20 ~ 10:30	10:20 ~ 11:20		10:20 ~ 11:20	
免疫セラピーヨガ (60分)	アド・インス90 (会員標準定)(90分)	脚レピューティーヨガ(60分)	スリムアップレス (60分)	【アサナ解説】コラのポーズ	美ボディブロー ビテイス (60分)		青盤矯正ヨガ (60分)	
米倉	藤本	米倉	藤本	杉元	藤本		米倉	
12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	10:30 ~ 11:30	12:00 ~ 13:00		12:00 ~ 13:00	
はじめてのパワーヨガ (会員標準定)(60分)	青盤矯正ヨガ (60分)	青中美人ヨガ (60分)	免疫セラピーヨガ (60分)	特別レッスン(60分)	はじめてのホットビラティス (60分)		青中美人ヨガ (60分)	
米倉	米倉	米倉	米倉	杉元	達上		米倉	
13:40 ~ 14:40	14:10 ~ 15:10	13:40 ~ 14:40	13:40 ~ 14:40	12:10 ~ 12:20	13:40 ~ 14:40		13:40 ~ 14:40	
アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)	青中美人ヨガ (60分)	肩コリラックスヨガ (60分)	はじめてのパワーヨガ (会員標準定)(60分)	【アサナ解説】マリチのポーズ	リンパデトックスヨガ (60分)		スタンダード60 (60分)	
杉元	達上	藤本	米倉	中筋	福井		福井	
15:20 ~ 16:20				15:20 ~ 16:20	12:20 ~ 13:50	15:20 ~ 16:20	15:20 ~ 16:20	
エアロビヨガ (60分)				アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	ステップアップアサナ WS	スリムアップレス (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	
杉元				久保	中筋	藤本	福井	
定休日					14:30 ~ 14:40			
営業時間外	営業時間外	営業時間外	営業時間外		【アサナ解説】英雄1のポーズ			
					藤本			
					14:40 ~ 15:25			
					Movie Heroine Yoga (45分)			
					藤本			
17:40 ~ 18:40	17:40 ~ 18:25	17:30 ~ 18:30	17:40 ~ 18:40	16:00 ~ 16:10			17:40 ~ 18:40	
肩コリラックスヨガ (60分)	BEAT CORE HIIT (45分)	脚活ヨガ ver.2 (60分)	美ボディブロー ビテイス (60分)	【アサナ解説】半月のポーズ			小顎リリピラティス (60分)	
藤本	杉元	達上	藤本	福井			杉元	
19:20 ~ 20:20	19:20 ~ 20:20	19:00 ~ 20:30	19:20 ~ 20:20	16:10 ~ 17:10			19:20 ~ 20:20	
スリムアップレス (60分)	スタンダード60 (60分)	アド・インス90 (会員標準定)(90分)	青盤矯正ヨガ (60分)	Share the love yoga			エアロビヨガ (60分)	
藤本	福井	杉元	杉元	福井			杉元	
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 21:45				21:00 ~ 22:00	
はじめてのホットビラティス (60分)	ダイエットヨガ (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	BEAT CORE HIIT (45分)				アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	
藤本	杉元	福井	杉元				達上	

love 紀伊川辺店		【 12/17 ~ 12/24 】			スケジュール			2025/12/04	
12/17	12/18	12/19	12/20	12/21	12/22	12/23	12/24	12/25	
水		木	金	土	日	月	火	水	
10:20 ~ 11:20	10:20 ~ 11:20	10:20 ~ 11:20	10:20 ~ 11:20	10:20 ~ 11:05		10:20 ~ 11:20		10:20 ~ 11:05	
痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分)	みんなの変わる 姿勢ピラティス (60分)	はじめてのホットピラティス (60分)	免疫セラピーヨガ (60分)	Movie Heroine Yoga (45分)		スタンダード60 (60分)	BEAT CORE HIIT (45分)		
米倉	藤本	進上	藤本	藤本		福井	杉元		
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:30	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	
アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	Sound Feel Yoga ver.2(60分)	肩コリラックスヨガ (60分)	アド/インス90 (会員様限定) (90分)	リンパデトックスヨガ (60分)		痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分)	脂活ヨガ ver.2 (60分)		
久保	藤本	進上	杉元	福井		米倉	進上		
13:40 ~ 14:40	13:40 ~ 14:40	13:40 ~ 14:40	13:40 ~ 14:40	14:10 ~ 15:10	13:40 ~ 14:40	13:40 ~ 14:40	13:40 ~ 14:40	13:40 ~ 14:40	
骨盤矯正ヨガ (60分)	アロマリラックスヨガ FRUIT DIET (60分)	ダイエットヨガ (60分)	肩コリラックスヨガ (60分)	はじめてのホットピラティス (60分)		肩コリラックスヨガ (60分)	はじめてのバーヨガ (会員様限定) (60分)		
米倉	進上	山内	進上	進上		米倉	米倉		
15:20 ~ 16:20	15:20 ~ 16:20	15:20 ~ 16:20	15:20 ~ 16:20	15:50 ~ 16:50	15:20 ~ 16:20	15:20 ~ 16:20	15:20 ~ 16:20	15:20 ~ 16:20	
美ボディフロー ピラティス (60分)	スタンダード60 (60分)	骨盤矯正ヨガ (60分)	Sound Feel Yoga ver.2(60分)	免疫セラピーヨガ (60分)		ダイエットヨガ (60分)	杉元		
藤本	福井	杉元	藤本	藤本					
営業時間外	営業時間外	営業時間外	営業時間外	17:30 ~ 18:30		営業時間外	営業時間外	営業時間外	
				スタンダード60 (60分)					
17:40 ~ 18:25	17:30 ~ 19:00	17:40 ~ 18:40	17:40 ~ 18:40	福井		営業時間外	営業時間外	営業時間外	
				福井					
Movie Heroine Yoga (45分)	アド/インス90 (会員様限定) (90分)	みんなの変わる 姿勢ピラティス (60分)	Movie Heroine Yoga (45分)						
藤本	杉元	藤本	藤本						
19:20 ~ 20:20	19:30 ~ 20:30	19:20 ~ 20:05	19:20 ~ 20:05						
スタンダード60 (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	Movie Heroine Yoga (45分)							
福井	福井	藤本							
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00						
はじめてのバーヨガ (会員様限定) (60分)	骨中美人ヨガ (60分)	小顎リフトピラティス (60分)							
藤本	進上	杉元							

【 12/25 ~ 12/30 】				スケジュール		2025/12/04	更新
12/25	12/26	12/27	12/28	12/29	12/30	12/31	
木	金	土	日	月	火	水	
10:20 ~ 11:20	10:20 ~ 11:20	10:20 ~ 11:20	10:20 ~ 11:20				
麗活ヨガ ver.2 (60分)	痩せる身体をつくる ダイエットヨガ (60分)	肩コリラックスヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)				
進上	米倉	進上	福井				
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 12:45	12:00 ~ 13:00				
はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(60分)	アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分)	Movie Heroine Yoga (45分)	ダイエットヨガ (60分)				
米倉	進上	藤本	杉元				
13:40 ~ 14:40	13:40 ~ 14:40	13:40 ~ 14:40	13:40 ~ 14:40				
免疫セラピーヨガ (60分)	エアロピヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)				
米倉	杉元	福井	福井				
15:20 ~ 16:05	15:20 ~ 16:20	15:20 ~ 16:20	15:20 ~ 17:20				
Movie Heroine Yoga (45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)	108回太陽礼拝 (120分)				
藤本	福井	藤本	杉元				
営業時間外	営業時間外	17:00 ~ 18:00		年末年始休業	年末年始休業	年末年始休業	年末年始休業
		はじめてのホットピラティス (60分)					
17:40 ~ 18:40	17:30 ~ 18:30	18:30 ~ 19:30		年末年始休業	年末年始休業	年末年始休業	年末年始休業
		リンパデトックスヨガ (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)	福井					
藤本		福井					
19:20 ~ 20:20	19:00 ~ 20:00	営業時間外	営業時間外	年末年始休業	年末年始休業	年末年始休業	年末年始休業
青中熟人ヨガ (60分)	アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)						
杉元	久保						
21:00 ~ 22:00	20:30 ~ 22:00						
アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分)	アドバンス90 (会員様限定)(90分)						
杉元	杉元						