

| IoIve イン広島府中店 【 07/01 ~ 07/08 】 スケジュール                    |   |   |  |   |   | 2025/07/11 更新                                  |   |
|---|---|---|--|---|---|--|---|
| 07/01   | 07/02   | 07/03   | 07/04  | 07/05   | 07/06   | 07/07  | 07/08   |
| 火   | 水   | 木   | 金  | 土   | 日   | 月  | 火   |
| 10:30 ~ 11:30<br>アロマリラックスヨガ<br>FRUITY DIET<br>(60分)<br>呉山 | 10:30 ~ 11:30<br>お腹引き締めヨガ<br>(60分)<br>和平                  |   |  | 10:30 ~ 11:30<br>アロマリラックスヨガ<br>FRUITY DIET<br>(60分)<br>和平 | 10:30 ~ 11:30<br>ボールでゆるめて<br>ゆがみとりヨガ<br>(60分)<br>荒谷       | 10:30 ~ 11:30<br>スタンダード60<br>(60分)<br>石田       | 10:30 ~ 11:30<br>ボールでゆるめて<br>ゆがみとりヨガ<br>(60分)<br>荒谷   |
| 12:15 ~ 13:15<br>肩コリラックスヨガ<br>(60分)<br>和平                 | 12:15 ~ 13:15<br>スタンダード60<br>(60分)<br>呉山                  |   |  | 12:15 ~ 13:15<br>セルトル美脚ヨガ<br>(60分)<br>荒谷                  | 12:15 ~ 13:15<br>アロマリラックスヨガ<br>FRUITY DIET<br>(60分)<br>呉山 | 12:15 ~ 13:15<br>お腹引き締めヨガ<br>ver.2 (60分)<br>和平 | 12:15 ~ 13:15<br>Sound Feel Yoga<br>ver.2 (60分)<br>和平 |
| 14:00 ~ 15:00<br>美ボディフロー<br>ピラティス<br>(60分)<br>呉山          | 14:00 ~ 15:00<br>アロマリラックスヨガ<br>DEEP FOREST<br>(60分)<br>和平 |   |  | 14:00 ~ 15:00<br>みるみる変わる<br>姿勢ピラティス<br>(60分)<br>和平        | 14:00 ~ 15:00<br>はじめてのパワーヨガ<br>(会員様限定) (60分)<br>荒谷        | 14:00 ~ 15:00<br>スタンダード60<br>(60分)<br>石田       | 14:00 ~ 15:00<br>スタンダード60<br>(60分)<br>荒谷              |
|   |   |   |  |   | 15:45 ~ 16:30<br>ピラティス<br>ポートキャンプ<br>(45分)<br>呉山          | 15:45 ~ 16:45<br>リンドバートックスヨガ<br>(60分)<br>和平    |   |
|   |   |   |  |   | 17:30 ~ 18:30<br>眠れる体に整えるヨガ<br>(60分)<br>荒谷                | 17:30 ~ 18:30<br>特別レッスン (60分)<br>和平            |   |
| 17:30 ~ 18:30<br>セルトル美脚ヨガ<br>(60分)<br>荒谷                  |   | 17:30 ~ 18:30<br>子宮温活ヨガ<br>(60分)<br>呉山                    | 17:30 ~ 18:30<br>アロマリラックスヨガ<br>HERBAL RELAX<br>(60分)<br>呉山 |   |   |  | 17:30 ~ 18:30<br>腸活ヨガ ver.2<br>(60分)<br>呉山            |
| 19:15 ~ 20:15<br>アロマリラックスヨガ<br>FRUITY DIET<br>(60分)<br>和平 | 19:15 ~ 20:15<br>腸活ヨガ ver.2<br>(60分)<br>呉山                | 19:15 ~ 20:15<br>スタンダード60<br>(60分)<br>荒谷                  | 19:15 ~ 20:15<br>はじめてのパワーヨガ<br>(会員様限定) (60分)<br>荒谷         |   |   |  | 19:15 ~ 20:15<br>オトナのための<br>オールインワンヨガ<br>和平           |
| 20:50 ~ 21:50<br>ボールでゆるめて<br>ゆがみとりヨガ<br>(60分)<br>荒谷       | 20:50 ~ 21:50<br>Sound Feel Yoga<br>ver.2 (60分)<br>荒谷     | 20:50 ~ 21:50<br>アロマリラックスヨガ<br>DEEP FOREST<br>(60分)<br>呉山 | 20:50 ~ 21:50<br>子宮温活ヨガ<br>(60分)<br>呉山                     |   |   |  | 20:50 ~ 21:50<br>美ボディフロー<br>ピラティス<br>(60分)<br>呉山      |

| Iolve イン広島府中店 【 07/09 ~ 07/16 】 スケジュール                    |  |   |  |   |  | 2025/07/11 更新   |   |
|---|--|---|--|---|--|---|---|
| 07/09   | 07/10  | 07/11   | 07/12  | 07/13   | 07/14                                  | 07/15   | 07/16   |
| 水   | 木  | 金   | 土  | 日   | 月                                      | 火   | 水   |
| 10:30 ~ 11:30<br>スタンダード60<br>(60分)<br>石田                  |  | 10:30 ~ 11:30<br>はじめてのパワーヨガ<br>(会員様限定) (60分)<br>荒谷        | 10:30 ~ 11:30<br>オトナのための<br>オールインワンヨガ<br>(60分)<br>和平 | 10:30 ~ 11:30<br>Sound Feel Yoga<br>ver.2 (60分)<br>荒谷 |  | 10:30 ~ 11:30<br>腸活ヨガ ver.2<br>(60分)<br>呉山                          | 10:30 ~ 11:30<br>もも尻ヨガティス<br>(60分)<br>和平                  |
| 12:15 ~ 13:15<br>パワーヨガAdvance<br>(会員様限定) (60分)<br>荒谷      |  | 12:15 ~ 13:15<br>ボールでゆるめて<br>ゆがみとりヨガ<br>(60分)<br>呉山       | 12:15 ~ 13:15<br>セルトル美脚ヨガ<br>(60分)<br>荒谷             | 12:15 ~ 13:15<br>スタンダード60<br>(60分)<br>石田              |  | 12:15 ~ 13:15<br>オトナのための<br>オールインワンヨガ<br>FRUITY DIET<br>(60分)<br>和平 | 12:15 ~ 13:15<br>アロマリラックスヨガ<br>FRUITY DIET<br>(60分)<br>呉山 |
|   |  | 14:00 ~ 15:00<br>セルトル美脚ヨガ<br>(60分)<br>荒谷                  | 14:00 ~ 15:00<br>みるみる変わる<br>姿勢ピラティス<br>(60分)<br>和平   | 14:00 ~ 15:00<br>眠れる体に整えるヨガ<br>(60分)<br>荒谷            |  | 14:00 ~ 14:45<br>ピラティス<br>ポートキャンプ<br>(45分)<br>呉山                    | 14:00 ~ 15:00<br>みるみる変わる<br>姿勢ピラティス<br>(60分)<br>和平        |
|   |  |   |  | 15:45 ~ 16:45<br>パワーヨガAdvance<br>(会員様限定) (60分)<br>荒谷  | 15:45 ~ 16:45<br>子宮温活ヨガ<br>(60分)<br>荒谷 |   |   |
|   |  |   |  | 17:30 ~ 18:30<br>スタンダード60<br>(60分)<br>石田              |  |   |   |
| 17:30 ~ 18:30<br>お腹引き締めヨガ<br>(60分)<br>和平                  | 17:30 ~ 18:30<br>美ボディフロー<br>ピラティス<br>(60分)<br>和平           | 17:30 ~ 18:30<br>アロマリラックスヨガ<br>DEEP FOREST<br>(60分)<br>和平 |  |   |  | 17:30 ~ 18:30<br>肩コリラックスヨガ<br>(60分)<br>荒谷                           |   |
| 19:15 ~ 20:15<br>リンパデトックスヨガ<br>(60分)<br>和平                | 19:15 ~ 20:15<br>アロマリラックスヨガ<br>HERBAL RELAX<br>(60分)<br>和平 | 19:15 ~ 20:15<br>お腹引き締めヨガ<br>(60分)<br>和平                  |  |   |  | 19:15 ~ 20:15<br>もも尻ヨガティス<br>(60分)<br>和平                            | 19:15 ~ 20:15<br>オトナのための<br>オールインワンヨガ<br>(60分)<br>呉山      |
| 20:50 ~ 21:50<br>アロマリラックスヨガ<br>FRUITY DIET<br>(60分)<br>呉山 | 20:50 ~ 21:35<br>ピラティス<br>ポートキャンプ<br>(45分)<br>呉山           | 20:50 ~ 21:50<br>スタンダード60<br>(60分)<br>石田                  |  |   |  | 20:50 ~ 21:50<br>パワーヨガAdvance<br>(会員様限定) (60分)<br>荒谷                | 20:50 ~ 21:50<br>眠れる体に整えるヨガ<br>(60分)<br>荒谷                |

| olve イオン広島府中店                                     |       | 【 07/17 ~ 07/24 】  |   |  | スケジュール  |   |   | 2025/07/11 |  |
|---|-------|--|---|--|---|---|---|------------|--|
| 07/17   | 07/18 | 07/19  | 07/20   | 07/21  | 07/22   | 07/23   | 07/24   |            |  |
| 木   | 金     | 土  | 日   | 月  | 火   | 水   | 木   |            |  |
|   |       | 10:20 ~ 10:30<br>アサナ解説<br>【ダウンドック】<br>呉山                   | 10:30 ~ 11:15<br>ピラティス<br>ポートキャント (45分)<br>呉山 | 10:30 ~ 11:30<br>アロマリラックスヨガ<br>HERBAL RELAX<br>(60分)<br>呉山 | 10:30 ~ 11:30<br>美ボディフロー<br>ピラティス<br>(60分)<br>呉山          | 10:30 ~ 11:30<br>肩コリラックスヨガ<br>(60分)<br>荒谷                 |   |            |  |
|   |       | 10:30 ~ 11:30<br>アロマリラックスヨガ<br>HERBAL RELAX<br>(60分)<br>呉山 | 12:15 ~ 13:15<br>スタンダード60<br>(60分)<br>石田      | 12:15 ~ 13:15<br>スタンダード60<br>(60分)<br>石田                   | 12:15 ~ 13:15<br>アロマリラックスヨガ<br>FRUITY DIET<br>(60分)<br>和平 | 12:05 ~ 12:15<br>アサナ解説<br>【開脚前屈】<br>石田                    |   |            |  |
|   |       | 12:15 ~ 13:15<br>ホットピラティス<br>(60分)<br>呉山                   | 14:00 ~ 15:00<br>子宮温活ヨガ<br>(60分)<br>呉山        | 14:00 ~ 15:00<br>美ボディフロー<br>ピラティス<br>(60分)<br>呉山           | 14:00 ~ 15:00<br>お腹引き締めヨガ<br>(60分)<br>和平                  | 12:15 ~ 13:15<br>スタンダード60<br>(60分)<br>石田                  |   |            |  |
|   |       | 14:00 ~ 15:00<br>暖れる体に整えるヨガ<br>(60分)<br>荒谷                 | 15:35 ~ 15:45<br>アサナ解説<br>【開脚前屈】<br>石田        | 15:35 ~ 15:45<br>アサナ解説<br>【ナタラジャーサナ】<br>石田                 |   |   |   |            |  |
|   |       |  | 15:45 ~ 16:45<br>スタンダード60<br>(60分)<br>石田      | 15:45 ~ 16:45<br>スタンダード60<br>(60分)<br>石田                   |   |   |   |            |  |
| 17:20 ~ 17:30<br>アサナ解説<br>【ダウンドック】<br>石田          |       |  | 17:30 ~ 18:30<br>ホットピラティス<br>(60分)<br>呉山      |  | 17:20 ~ 17:30<br>アサナ解説<br>【ナタラジャーサナ】<br>呉山                |   | 17:30 ~ 18:30<br>ホットピラティス<br>(60分)<br>呉山          |            |  |
| 17:30 ~ 18:30<br>スタンダード60<br>(60分)<br>石田          |       | 17:30 ~ 18:30<br>Sound Feel Yoga<br>ver.2 (60分)<br>山内      |   |  | 17:30 ~ 18:30<br>子宮温活ヨガ<br>(60分)<br>呉山                    | 17:30 ~ 18:30<br>アロマリラックスヨガ<br>DEEP FOREST<br>(60分)<br>和平 | 19:05 ~ 19:15<br>アサナ解説<br>【ダウンドック】<br>呉山          |            |  |
| 19:15 ~ 20:15<br>はじめてのパワーヨガ<br>（会員様限定）(60分)<br>荒谷 |       | 19:15 ~ 20:15<br>スタンダード60<br>(60分)<br>石田                   |   |  | 19:15 ~ 20:15<br>二の腕引き締めヨガ<br>(60分)<br>荒谷                 | 19:15 ~ 20:00<br>ピラティス<br>ポートキャント (45分)<br>呉山             | 19:15 ~ 20:15<br>ボルでゆるめて<br>ゆがみとヨガ<br>(60分)<br>呉山 |            |  |
| 20:50 ~ 21:50<br>肩コリラックスヨガ<br>(60分)<br>荒谷         |       | 20:50 ~ 21:50<br>二の腕引き締めヨガ<br>(60分)<br>荒谷                  |   |  | 20:50 ~ 21:50<br>スタンダード60<br>(60分)<br>石田                  | 20:50 ~ 21:50<br>お腹引き締めヨガ<br>(60分)<br>石田                  | 20:50 ~ 21:50<br>スタンダード60<br>(60分)<br>石田          |            |  |

| olve イオン広島島田中店                                      |  | 【 07/25 ~ 07/31 】                          |   | スケジュール   |  | 2025/07/11 | 更新 |
|---|--|--|---|--|--|------------|----|
| 07/25   | 07/26  | 07/27                                      | 07/28   | 07/29  | 07/30                                      | 07/31      |    |
| 金   | 土  | 日  | 月   | 火  | 水  | 木          |    |
| 10:20 ~ 10:30<br>アサナ解説<br>【ハイランジ】                   | 10:30 ~ 11:30<br>お腹引き締めヨガ<br>(60分)                   | 10:30 ~ 11:30<br>腸活ヨガ ver.2<br>(60分)       |   | 10:30 ~ 11:30<br>オトナのための<br>オールインワンヨガ<br>(60分) | 10:30 ~ 11:30<br>子宮温活ヨガ<br>(60分)           |            |    |
| 石田  | 和平   | 呉山   |   | 呉山   | 呉山   |            |    |
| 10:30 ~ 11:30<br>スタンダード60<br>(60分)                  | 12:05 ~ 12:15<br>アサナ解説<br>【開脚前屈】                     | 12:15 ~ 13:00<br>ピラティス<br>ブートキャンプ<br>(45分) | 12:15 ~ 13:15<br>ボールでゆるめて<br>ゆがみとりヨガ<br>(60分) | 12:15 ~ 13:15<br>美ボディフロー<br>ピラティス<br>(60分)     | 12:15 ~ 13:15<br>美ボディフロー<br>ピラティス<br>(60分) |            |    |
| 石田  | 荒谷   | 和平   | 呉山  | 呉山   | 呉山   |            |    |
| 12:15 ~ 13:15<br>みるみる変わる<br>姿勢ピラティス<br>(60分)        | 12:15 ~ 13:15<br>はじめてのパワーヨガ<br>(会員様限定) (60分)         | 14:00 ~ 15:00<br>美ボディフロー<br>ピラティス<br>(60分) | 14:00 ~ 15:00<br>二の腕引き締めヨガ<br>(60分)           | 14:00 ~ 15:00<br>スタンダード60<br>(60分)             | 14:00 ~ 15:00<br>荒谷                        |            |    |
| 和平  | 荒谷   | 呉山   | 石田  |  |  |            |    |
| 14:00 ~ 15:00<br>Sound Feel Yoga<br>ver.2 (60分)     | 14:00 ~ 15:00<br>アロマリラックスヨガ<br>HERBAL RELAX<br>(60分) | 15:35 ~ 15:45<br>アサナ解説<br>【ダウンドック】         |   |  |  |            |    |
| 和平  | 和平   | 和平   |   |  |  |            |    |
|   | 15:45 ~ 16:45<br>二の腕引き締めヨガ<br>(60分)                  | 15:45 ~ 16:45<br>スタンダード60<br>(60分)         |   |  |  |            |    |
|   | 荒谷   | 和平   |   |  |  |            |    |
|   | 17:30 ~ 18:30<br>リンパデトックスヨガ<br>(60分)                 | 17:30 ~ 18:30<br>特別レッスン (60分)              |   |  |  |            |    |
|   | 和平   | 和平   |   |  |  |            |    |
| 17:30 ~ 18:30<br>パワーヨガAdvance<br>(会員様限定) (60分)      |  |  |   |  |  |            |    |
| 荒谷  |  |  |   |  |  |            |    |
| 19:15 ~ 20:15<br>スタンダード60<br>(60分)                  |  |  |   |  |  |            |    |
| 石田  |  |  |   |  |  |            |    |
| 20:50 ~ 21:50<br>セルトル美脚ヨガ<br>(60分)                  |  |  |   |  |  |            |    |
| 荒谷  |  |  |   |  |  |            |    |
| 定休日   |  |  |   |  |  |            |    |
| 17:30 ~ 18:30<br>アロマリラックスヨガ<br>FRUITY DIET<br>(60分) |  |  |   |  |  |            |    |
| 和平  |  |  |   |  |  |            |    |
| 19:15 ~ 20:15<br>Sound Feel Yoga<br>ver.2 (60分)     |  |  |   |  |  |            |    |
| 荒谷  |  |  |   |  |  |            |    |
| 20:50 ~ 21:50<br>リンパデトックスヨガ<br>(60分)                |  |  |   |  |  |            |    |
| はじめのパワーヨガ<br>(会員様限定) (60分)                          |  |  |   |  |  |            |    |
| 和平  |  |  |   |  |  |            |    |
| 20:50 ~ 21:50<br>オトナのための<br>オールインワンヨガ<br>(60分)      |  |  |   |  |  |            |    |
| 荒谷  |  |  |   |  |  |            |    |
| 20:50 ~ 21:50<br>呉山                                 |  |  |   |  |  |            |    |