

ilove NUS茶屋町店		【 12/09 ~ 12/16 】			スケジュール			2025/11/13 更新	
12/09	12/10	12/11	12/12	12/13	12/14	12/15	12/16	12/16	12/16
火	水	木	金	土	日	月	火	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	10:30 ~ 11:40	10:30 ~ 11:40	10:30 ~ 11:30	青中養成ヨガ (60分)	青中養成ヨガ (60分)
はじめてのホットピラティス (60分)	みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分)	セルトル美脚ヨガ (60分)	子宮温活ヨガ (60分)	ディーププレスヨガ (70分)			12:15 ~ 13:15	アロマリラックスヨガ FOREST (60分)	アロマリラックスヨガ FOREST (60分)
玉川	石原	玉川	田路	玉川			12:15 ~ 13:15	石原	石原
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	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15	12:15 ~ 13:15
ボールでやるめて ゆがみヨガ (60分)	スリムアッププレス (60分)	スタジダード60 (60分)	Sound Feel Yoga ver.2 (60分)	みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分)			14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00
田路	田路	石原	石原	石原			14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00	14:00 ~ 15:00
14:00 ~ 15:00							14:00 ~ 15:00	はじめてのパワーヨガ (全員標準設定) (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)							14:00 ~ 15:00	Movie Heroine Yoga (45分)	Movie Heroine Yoga (45分)
玉川							14:00 ~ 15:00	玉川	玉川
							15:45 ~ 16:45	リンパデトックスヨガ (60分)	スタジダード60 (60分)
							15:45 ~ 16:45	田路	玉川
							17:30 ~ 18:30	セルトル美脚ヨガ (60分)	セルトル美脚ヨガ (60分)
							17:30 ~ 18:30	玉川	玉川
17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	17:30 ~ 18:30	二の腕引き締めヨガ (60分)	二の腕引き締めヨガ (60分)
アロマリラックスヨガ HERBAL RELAX (60分)	もも尻ヨガティス (60分)	リンパデトックスヨガ (60分)	ディープヨガ (70分)					北沢	北沢
北沢	北沢	石原	田路					19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15
19:15 ~ 20:15	19:05 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	19:15 ~ 20:15	はじめてのホットピラティス (60分)	はじめてのホットピラティス (60分)
子宮温活ヨガ (60分)	ディーププレスヨガ (70分)	パワーヨガ Advance (全員標準設定) (60分)	ボールでやるめて ゆがみヨガ (60分)					玉川	玉川
田路	玉川	北沢	田路					20:50 ~ 21:35	20:50 ~ 21:35
20:50 ~ 21:35	20:50 ~ 21:50	20:50 ~ 21:50	20:50 ~ 21:50	20:50 ~ 21:35	20:50 ~ 21:35	20:50 ~ 21:35	20:50 ~ 21:35	子宮温活ヨガ (60分)	子宮温活ヨガ (60分)
Beat Drum Diet 3.0 (45分)	免疫セラピヨガ (60分)	スタンダード60 (60分)	Movie Heroine Yoga (45分)					北沢	北沢
北沢	北沢	石原	石原						

【 12/17 ~ 12/24 】 スケジュール					2025/11/13 更新		
12/17	12/18	12/19	12/20	12/21	12/22	12/23	12/24
水	木	金	土	日	月	火	水
10:30 ~ 11:30 はじめてのホットピラティス (60分) 玉川		10:30 ~ 11:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) 石原	10:30 ~ 11:15 Movie Heroine Yoga (45分) 石原	10:30 ~ 12:00 EXパワーヨガ (会員様限定)(90分) 田路		10:30 ~ 11:30 スタンダード60 (60分) 石原	10:30 ~ 11:30 美ボディフロー ピラティス (60分) 石原
12:15 ~ 13:15 骨盤矯正ヨガ (60分) 玉川		12:15 ~ 13:15 もも肩ヨガティス (60分) 北沢	12:00 ~ 13:10 ディーププレスヨガ (70分) 玉川	12:45 ~ 13:45 リンパデックスヨガ (60分) 北沢		12:15 ~ 13:15 ボールでやるめて ゆがみとりヨガ (60分) 田路	12:15 ~ 13:15 はじめてのホットピラティス (60分) 玉川
14:00 ~ 14:45 Beat Drum Diet 3.0 (45分) 北沢		14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分) 石原	14:00 ~ 15:00 免疫セラピーヨガ (60分) 北沢	14:30 ~ 15:30 はじめてのホットピラティス (60分) 玉川		14:00 ~ 15:00 Sound Feel Yoga ver.2(60分) 石原	
営業時間外		営業時間外	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							
17:20 ~ 18:30 ディーププレスヨガ (70分) 玉川	17:30 ~ 18:30 子宮温活ヨガ (60分) 北沢		17:30 ~ 18:30 二の腕引き締めヨガ (60分) 北沢			17:30 ~ 18:30 リンパデックスヨガ (60分) 北沢	17:30 ~ 18:30 スタンダード60 (60分) 石原
18:45 ~ 19:45 リンパデックスヨガ (60分) 石原	19:15 ~ 20:15 スリムアッププレス (60分) 田路	19:15 ~ 20:15 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 田路				19:15 ~ 20:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(60分) 田路	19:15 ~ 20:15 免疫セラピーヨガ (60分) 北沢
20:20 ~ 20:50 EXパワーヨガ (会員様限定)(90分) 田路	20:50 ~ 21:50 骨盤矯正ヨガ (60分) 玉川	20:50 ~ 21:50 美ボディフロー ピラティス (60分) 田路				20:50 ~ 21:50 アロマリラックスヨガ DEEP FOREST (60分) 北沢	20:50 ~ 21:50 Movie Heroine Yoga (45分) 石原

【 12/25 ~ 12/30 】 スケジュール					2025/11/13 更新		
12/25	12/26	12/27	12/28	12/29	12/30	12/31	
木	金	土	日	月	火	水	
営業時間外		営業時間外	営業時間外	定休日	年末年始休業	年末年始休業	
営業時間外							
10:30 ~ 11:30 アロマリラックスヨガ FRUITY DIET (60分) 北沢	10:30 ~ 11:30 みるみる変わる 姿勢ピラティス (60分) 石原	10:30 ~ 11:30 Sound Feel Yoga ver.2(60分) 石原					
12:15 ~ 13:00 Movie Heroine Yoga (45分) 石原	12:15 ~ 13:15 はじめてのパワーヨガ (会員様限定)(60分) 玉川	12:15 ~ 13:15 子宮温活ヨガ (60分) 田路					
14:00 ~ 15:00 リンパデックスヨガ (60分) 北沢	14:00 ~ 15:00 もも肩ヨガティス (60分) 北沢	14:00 ~ 15:00 スタンダード60 (60分) 玉川					
営業時間外		営業時間外	営業時間外	定休日	年末年始休業	年末年始休業	
営業時間外							
17:30 ~ 18:30 骨盤矯正ヨガ (60分) 玉川	17:30 ~ 18:30 背中美人ヨガ (60分) 田路						
19:15 ~ 20:15 二の腕引き締めヨガ (60分) 北沢	19:05 ~ 20:15 ディーププレスヨガ (70分) 玉川						
20:50 ~ 21:50 はじめてのホットピラティス (60分) 玉川	20:50 ~ 21:50 ボールでやるめて ゆがみとりヨガ (60分) 田路						